



宝塚市立スポーツセンターからのお知らせ

(令和8年3月 春季 短期教室 & 4月からの定期教室)

春休み 短期・チャレンジ教室(窓口先着受付)

大会・イベント・その他

小・中学生バドミントン

日時 3/26,27,30,31,4/1
9:15~11:45
(30日のみ13:15~15:45)

場所 未広体育館

対象 小学1~中学3年生

受講料 1人4,000円(5日間)

申込 3/5~3/15

先着 50名 ※ラケット貸出有り

チャレンジ乗馬教室

日時 3/25 13:30~16:00
場所 JRA阪神競馬場「乗馬センター」

対象 新小学5年生~高校生
(初心者または未経験者)

受講料 1人1,000円

申込 3/5~3/22

先着 10名

小学生ソフトテニス

日時 3/28,29 【予備日3/30】
10:15~12:00

場所 スポーツセンター テニスコート

(市内)小学3~6年生

受講料 1人300円(2日間)

申込 3/2~3/17

先着 50名 ※ラケット貸出有り

市民オリエンテリング大会

日時 3/20(金,祝) 9:30~10:00受付 ※雨天決行
場所 市立未広中央公園(宝塚市役所西隣)

対象 市内在住・在勤・在学者(※小学3年生以下は保護者同伴)
○個人(小学4年生以上)

○ファミリー(小学3年生以下を含む家族又は家族に類するもの)

※小学4年生以上は個人参加となります。

参加費 個人 1人300円 ファミリー 1組500円

申込 3/5(木)~3/14(土) 定員 先着50名程

スナッグゴルフ

日時 4/11~R9,3/6 定員 30名程度

受付 16:00~(毎月2回程度、いずれも土曜日)

会場 宝塚ゴルフ俱楽部 コース内特設会場他

対象 新小学1~6年生 受講料 無料

申込先(主催者) 宝塚市ゴルフ協会 理事長 久下等宅

電話 080-5634-7148

※5月9日(土)市民スナッグゴルフ大会あります。詳細は3月末HPへ

キッズ・ジュニアサッカー

日時 3/25,26,27
【予備日3/31】
15:30~16:30

受講料 3,300円(3日間)

申込 3/5~3/21に

壳布北グラウンド窓口

講師 FCブリラーレ

対象 キッズ 新年中~新長年

①先着20名 ②先着30名

ジュニア 新小学1~3年生

①先着20名 ②先着30名

日時 3/30,31

【予備日なし】
12:30~13:30

受講料 2,200円(2日間)

申込 3/5~3/22に

スポーツセンター窓口

講師 宝塚FC

対象 キッズ 新年中~新長年

①先着20名 ②先着30名

ジュニアテニス

①スポーツセンター
日時 3/27,30
【予備日なし】
13:00~14:15

受講料 2,200円(2日間)

申込 3/6~3/20に

スポーツセンター窓口

先着 30名

対象 小学1~6年生

②壳布北グラウンド
日時 3/26,27
【予備日3/30】
8:45~9:55

受講料 2,200円(2日間)

申込 3/6~3/22に

壳布北グラウンド窓口

先着 15名

対象 小学1~6年生

定期教室(窓口先着受付) ※体験可能

ジュニアテニス(月)

日時 4/6~6/8 いずれの日も

月曜日 17:10~18:40

同センター テニスコート

対象 新小学3~中学1年生

受講料 1人13,950円(全9回)

申込 3/9~隨時

定員 30名

講師 吉川テニス企画

キッズ・ジュニアテニス(金)

日時 4/3~6/5 いずれの日も

金曜日 17:10~18:40

同センター テニスコート

対象 新年長~中学1年生

受講料 1人15,500円(全10回)

申込 3/13~隨時

定員 30名

講師 古川テニス企画

かけっこ(月)

日時 4/6~6/29いずれの日も

月曜日 16:45~17:45

総合体育館メインアリーナ

対象 新小学1~3年生

受講料 1人15,000円(全12回)

申込 3/9~隨時

T&F.net KOBE

陸上(月)

日時 4/6~6/29いずれの日も

月曜日 17:50~18:50

総合体育館メインアリーナ

対象 新年長~中学1年生

受講料 1人16,200円(全12回)

申込 3/9~隨時

T&F.net KOBE

ほこあほこ(火)

(体育・音楽・造形あそび)

日時 4/7~6/30

火曜日 10:15~11:30

総合体育館サブアリーナ

対象 幼児2~3歳児と保護者

定員 30組

申込 3/10~隨時

タイガースアカデミー ベースボールスクール

・宝塚市立スポーツセンター

日時 4月~ 毎週月曜日

対象 ①新年中~年長

②新小学1~2年生

場所 市立スポーツセンター野球場

定員 ①18名 ②26名 ※欠員募集

お申込や詳細はタイガースアカデミーベースボールスクールの公式HPをご覧ください!

ジュニアダンス

【LAB3(ラボスリー)】

日時 4/4~6/27

土曜日 10:30~11:30

未広スタジオ

対象 新小学1~中学3年生

受講料 1人19,200円(全12回)

申込 3/14~隨時

定員 20名

講師 LAB3(ラボスリー)

生徒募集中

LAB3 DANCE STUDIO

神戸ストークス チアダンススクール

日時・対象 4/3~6/26 金曜日

①キッズ 3歳~小学1年生

15:30~16:30

②ジュニア 小学2~6年生

16:45~17:45

場所 未広スタジオ

月謝料 每月口座引き落としにて

1,870円×月回数分

(別途入会金7,400円必要)

申込 随時募集中

各15名

神戸ストークス チアリーダーズ

KOBE STORKS CHEER SCHOOL

やってみよう!

子どもの水泳教室

※親子水泳のみ体験可能

新着教室(窓口先着受付)

親子水泳(金)

日時 4/3~6/26

金曜日 10:00~11:00

同センター屋内プール

対象 6ヶ月~3歳児と保護者

受講料 18,200円(全13回)

定員 12組

申込 3/13~随时

3~6歳児 水泳

日時 4月から順次開講

月~金曜日 15:20~16:20

※土曜日のみ12:20~13:20

場所 同センター屋内プール

対象 3歳~未就学児

定員 各32名(土:48名)

申込 3/1~3/10にネット抽選申込

※HPにてマイページ登録が必要です

ダイアモンド バスケットボールスクール

(一般社団法人バスケットボール推進会)

D-3コース

日時 4/4~7/11

9:00~10:00

いずれの日も土曜日

場所 市立未広体育館

対象 新年長~小学2年生

(未経験~)

定員 15名

受講料 14,400円(全12回)

申込 3/14~随时

D-2コース

日時 4/4~7/11

10:10~11:20

いずれの日も土曜日

場所 市立未広体育館

対象 新小学3~6年生

(未経験~)

定員 30名

受講料 16,800円(全12回)

申込 3/14~随时

D-1コース

日時 4/4~7/11

11:30~12:50

いずれの日も土曜日

場所 市立未広体育館

対象 新小学5~中学生

(経験者)

定員 30名

受講料 18,000円(全12回)

申込 3/14~随时

教室によって受付窓口・申込方法が異なります。詳しくは【スポーツセンターホームページ】をご覧ください。

電話での受付はいたしません。掲載の先着順申込の教室は受講料持参のうえ申し込んでください。

宝塚市立スポーツセンター

スポーツセンターの受付時間は、8:45~20:00(日曜日は17:00まで)、壳布北グラウンドの受付時間は8:45~17:00です。

ホームページからマイページ登録していただくと、教室・イベント等の情報や日程表の確認が行えます!

宝塚市小浜1-1-11 0797-87-5911

指定管理者: 公益財団法人 宝塚市スポーツ振興公社



スポーツセンター 健康スポーツ教室・末広教室



不調改善背骨体操

体験可能!

日 時: 4/7~6/30 (火曜日)
9:45~11:15
対 象: 一般
受講料: 12,000円 (全12回)
申 込: 3/10~隨時

背骨のゆがみ、
肩こりなどを
体操で改善しま
せんか?

体験可能!

ENJOY☆AERO

日 時: 4/3~6/26 (金曜日)
10:15~11:15
対 象: 一般
受講料: 13,000円 (全13回)
申 込: 3/13~隨時

楽しく運動し
て汗をかいて
みませんか?

骨格改善ストレッチ

体験可能!

日 時: 4/8~6/24 (水曜日)
9:30~10:30
対 象: 一般
受講料: 10,000円 (全10回)
申 込: 3/11~隨時

ゆっくりした
動きで身体の
ゆがみを整え
ましょう!



ダンスエアロ

体験可能!

日 時: 4/1~6/24 (水曜日)
10:15~11:15
対 象: 一般
受講料: 11,000円 (全11回)
申 込: 3/11~隨時



水泳教室

大人の教室案内

体験可能!

初めての水泳

日 時: 4/7~6/30 (火曜日)
13:30~14:30
対 象: 一般 (初心者)
受講料: 12,000円 (全12回)
申 込: 3/10~隨時

アクアエクササイズ

日 時: 4/7~6/30 (火曜日)
10:00~11:00
対 象: 一般
受講料: 16,800円 (全12回)
申 込: 3/10~隨時

アクアピクス

日 時: 4/4~6/27 (土曜日)
18:30~19:30
対 象: 一般
受講料: 18,200円 (全13回)
申 込: 3/14~隨時

音楽に合わせて運動不足を
解消してみませんか



令和7年度

『春休みチャレンジ水泳教室』

受講生欠員募集



令和8年 3/26 (木)、27 (金)、28 (土)、30 (月)、31 (火)
8:00~9:30 [予備日なし]

対象: 幼児新年長 ~ 新小学生 (令和8年4月1日時点)

回数: 5回 受講料: 1人6,000円

定 員: 若干名

内容: 泳げない初心者 ~ クロール、背泳ぎ中心

[泳力別班別指導]

申込: 2/12 (木) ~ スポーツセンター受付窓口にて申込

注目!

ゆったり健康ヨガ (月)

時 間: 13:10~14:00
受講料: 1回1,000円
定 員: 10名
対 象: 一般



ZUMBA (水)

時 間: 13:15~14:00
受講料: 1回1,100円
定 員: 8名
対 象: 18歳以上



ピラティスストレッチ (木)

[前半] 10:00~11:00
[後半] 11:15~12:15
受講料: 1回1,100円
定 員: 8名
対 象: 18歳以上



血流循環ヨガ (金)

時 間: 11:00~12:00
受講料: 1回1,100円
定 員: 10名
対 象: 一般



HPの新着情報で随时教室、
イベント 等の案内を掲載し
ています。

Facebook、Instagramでも
教室やイベント情報を
お届けします。チェック
してみてくださいね。

スポーツセンター
インスタグラムは
こちら→



@TAKARAZUKA_SUPONSEN

※当日支払い

※申込は毎月20日から、翌月分の予約ができます。

※壳布北グラウンドの窓口または電話受付。