

兵庫県立文化体育館講座のご案内

第1期先着受付期間 **3月16日(月)～27日(金)** **来館受付実施**
※定員に満たない場合は4月2日以降引き続き募集いたします

先着順

受付時間 兵庫県立文化体育館
 平日10:00～18:00
 土10:00～15:00
 ※日祝日の受付は休みです

受付場所 兵庫県立文化体育館本館
 事務所奥コナミススポーツ準備室

初日【3月16日】のみ
スポーツ館にて受付

入金期間 **4月2日(木)～14日(火)**
 ※期日までにお支払いがない場合は辞退とみなします。

お申込み前に必ずお読みください

※日程などのご案内はお支払いの際に受付にて配布しております。
 ※お申込の少ない講座は開講を中止する場合がございますので、ご了承ください。
 ※各自健康管理に十分注意し、ご本人(お子さまは保護者)の責任において申し込みください。
 ※お納めいただいた受講料は原則お返しできません。(各期初回講座開始前までにキャンセルを申し出られた場合、やむを得ないと当方が認めた場合は受講料はお返しいたします)
 ※期の途中から受講希望の方はご本人様1回限り、当期の残り回数分の受講料にてご入会いただくことができます。
 ※2期は7月頃、3期は11月頃の期間で募集を予定しております。
 ※講師の都合、交通機関やストや自然災害等のため、やむを得ず、休講、又は日程を変更する場合がございます。

スポーツ館にて実施される講座

大人向け水泳・アクアフィットネス講座▶各14,500円(税込)/12回 高校生以下で受講希望の方は、お問合せください

クラス	対象	曜日	時間	定員	講師	
1 成人水泳	大人	火	9:30～11:00	各45名	文化体育館指導員	
2		金				
3 健康水泳	50歳以上	月	10:30～12:00			
4		木	13:00～14:30			
5		木	13:00～14:30			
6 スキルアップスイム	中学生以上	火	19:30～20:30	各20名	文化体育館指導員	
7		金				
8		土	9:45～10:45			
9 成人水泳中上級	大人	水	11:00～12:00	各12名		馬場卓子
10		金	14:30～15:30			
11 知的障がい者水泳	療育手帳・身体障がい者手帳をお持ちの中学生以上の方	土	13:30～14:30	20名	文化体育館指導員	
12 バランスアクア	40歳以上/女性限定	月	9:15～10:15	40名	久保弘子	
13 水中ウォーキング	大人	月	13:00～14:00	25名	井上澄	
14 かんたんアクアウォーキング		水	9:30～10:30	30名	坂田暢子	
15 水と陸の健康運動	50歳以上	火	13:15～14:15	20名	由良幸恵	
16		木	9:30～10:30	20名		
17 いきいき水中運動	大人	水	13:15～14:15	30名	元井千佳代	
18 楽しいアクアピクス		水	14:30～15:30	40名		
19 エンジョイ!アクアダンス		木	19:15～20:15	30名		

子ども対象水泳教室▶各7,300円(税込)/12回 2026年4月1日現在で対象年齢に達しているお子さまに限らせていただきます

クラス	対象	曜日	時間	定員	講師
20 ベビースイミング	生後6ヵ月～3歳未満の子どもとその保護者	金	11:00～12:00	20組	文化体育館指導員
21	2歳以上～4歳未満 ①水慣れ～クロール習得までレベルごとにグループ練習いたします ②6回目と12回目にテストを行います	火	14:45～15:45	各10名	
22		木			
23		金	12:15～13:15	各12名	
24		金			
25	年中～年長 ①水慣れ水遊び～クロール・背泳ぎ習得までレベルごとにグループ練習いたします ②6回目と12回目にテストを行います	火	16:00～17:00	各30名	
26		水			
27		木			
28		金			
29	小学生 ①泳ぎの基礎～4泳法習得までレベルごとにグループ練習いたします ②6回目と12回目にテストを行います	月	17:00～18:00	各60名	
30		火			
31		水			
32		木			
33		金			
34		土			11:00～12:00
35	小学生・中学生 ①4泳法習得者対象です ②6回目と12回目にテストを行います	火	18:10～19:10	各25名	
36		水			
37		木			
38		金			
39 障がい児水中運動	療育手帳・身体障がい者手帳をお持ちの小学生以上の方	土	12:20～13:20	10名	
40 自主練習応援!親子レッスン	小学生とその保護者	土	13:30～15:00	10組	

大人向け卓球講座▶各14,500円(税込)/12回・高校生以下7,300円(税込) 高校生以下で受講希望の方は、お問合せください

クラス	対象	曜日	時間	定員	講師
41	大人(初心者～)	月	9:50～11:20	12名	今岡知代
42	大人(初心者～中級)	火	9:15～10:45	各25名	吉田香代子/窪田千安岐
43	大人(中級限定)	水			
44	大人(初心者～)	木	13:30～15:00		飯尾知子/村田路子
45	大人(初級～中級)	金	9:15～10:45		吉田香代子/窪田千安岐

大人向け 体操・エクササイズ・武道館▶各14,500円(税込)/12回 高校生以下で受講希望の方は、お問合せください

クラス	対象	曜日	時間	定員	講師
46	整えるピラティス	月	9:45～10:45	各20名	井上澄
47			11:00～12:00		
48			15:00～16:00		
49	大人	火	10:00～11:30	40名	金丸淳一/中林小智枝
50			合気道	20名	寺崎秀行
51			エアロ&コンディショニング	20名	森さとみ

子ども対象 ダンス・その他スポーツ講座▶各7,300円(税込)/12回 2026年4月1日現在で対象年齢に達しているお子さまに限らせていただきます

クラス	対象	曜日	時間	定員	講師
52 ジュニア卓球	小学3年生～6年生	火	16:30～17:30	10名	村田路子
53 キッズジャズファンク	小学3年生～6年生		18:00～19:00	20名	武田まさ子
54 KIDSチアリーディングHOP	年中～小学1年生	木	16:30～17:15	25名	長野澄恵/寺田有沙
55 KIDSチアリーディングStep	小学2年生～4年生		17:20～18:20	各35名	
56 KIDSチアリーディングJUMP	小学5年生～中学生		18:25～19:25		

兵庫県立文化体育館
 コナミススポーツクラブ準備室

お電話でのお問合せ/070-6662-1607
 平日10:00～17:00