

西宮市総合福祉センター 体育施設予定表【2023年9月】

| 場所 | プール | | | | | | トレーニング室 | | | | | | 体育室 | | | | | |
|------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|----------|-------------------------------------|--------|--|-----------------------|----------|
| | 午前 | | 午後 | | 夜間 | | 午前 | | 午後 | | 夜間 | | 午前 | | 午後 | | 夜間 | |
| | 9:00~ | 10:30~ | 13:00~ | 15:00~ | 17:30~ | 18:30~ | 9:00~ | 10:30~ | 13:00~ | 15:00~ | 17:30~ | 18:30~ | 9:00~ | 13:00~ | 17:30~ | | | |
| 1 金 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 土 | | | | | | | | | | | | | ◆ばすてる | ◆ | ◆ | | | ◇ポツチャ/FD |
| 3 日 | | | | | | | | | | | | | ◇なかよしDAY | ◇なかよしDAY(1/2面) ◇軽スポーツ(1/2面) | | | | |
| 4 月 | | | | | | | | | | | | | | ワンポイント体操 13:15~ ◇14:00~ ストレッチ | | | ◇卓球/クォーターテニス | |
| 5 火 | | | | | | | | | | | | | | ◆トーラス 15:15~ | | | ◇バドミントン/バスケ | |
| 6 水 | | | | | | | | | | | | | ◆ | ◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面) | | | | |
| 7 木 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 8 金 | | | | | | | | | | | | | | | | | ◆メッツ | |
| 9 土 | | | | | | | | | | | | | ◆ | ◆ミツキー 15:30~ 軽スポーツ | | | ◇ゴールボール | |
| 10 日 | | | | | | | | | | | | | | スポーツDAY (ローリングバレーボール) 13:30~ | | | | |
| 11 月 | | | | | | | | | | | | | | ◇サウンドテーブルテニス /FD | | | ◇車いすテニス | |
| 12 火 | | | | | | | | | | | | | | ボツチャDAY 10:00~ | | | ◆ミツキー 19:15~ 軽スポーツ | |
| 13 水 | | | | | | | | | | | | | | ◆トーラス 15:15~ | | | | |
| 14 木 | | | | | | | | | | | | | | ◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面) | | | | |
| 15 金 | | | | | | | | | | | | | | | | | ◇卓球 | |
| 16 土 | | | | | | | | | | | | | | ◆ばすてる | | | ◇FD | |
| 17 日 | | | | | | | | | | | | | | ◇なかよしDAY(1/2面) ◇軽スポーツ(1/2面) | | | ◇卓球/ストレッチ | |
| 18 月 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 19 火 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 20 水 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 木 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 22 金 | | | | | | | | | | | | | | | | | ◆メッツ | |
| 23 土 | | | | | | | | | | | | | | ◆卓球 | | | ◆メッツ | |
| 24 日 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 25 月 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 26 火 | | | | | | | | | | | | | | ワンポイント体操 13:15~ | | | ◇卓球/クォーターテニス | |
| 27 水 | | | | | | | | | | | | | | ◆トーラス 15:15~ | | | ◆ミツキー 19:15~ 軽スポーツ | |
| 28 木 | | | | | | | | | | | | | | ◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面) | | | | |
| 29 金 | | | | | | | | | | | | | | | | | ◇ポツチャ | |
| 30 土 | | | | | | | | | | | | | | | | | ◇バドミントン/バスケ | |

◇→個人利用(予約制) 対象・・・障がいのある方
 体育室の個人利用は、卓球・バドミントン・フライングディスク(FD)などのスポーツができます

◆→団体利用
 ◎→障害のある方のグループ利用があります。利用を制限します。

※当センターは障がいのある方の利用を優先しております。
 ※利用の詳細につきましては、別紙の利用案内をお読みください。
 ※更衣室も各利用時間内で入退室していただきますようお願い致します。
 ※休業日・・・木曜日、休日の翌日
 ※全館休館日・・・毎月第三日曜日

| | 時間 | 対象 |
|----|--------|-------------|
| 午前 | 9:00~ | 障害のある方 |
| | 10:30~ | 障害のある方・寿 |
| 午後 | 13:00~ | 障害のある方 |
| | 15:00~ | 障害のある方・寿 |
| 夜間 | 17:30~ | 障害のある方 |
| | 18:30~ | 障害のある方・寿・一般 |

【お問い合わせ】 TEL:0798-78-3388
 FAX:0798-35-1132