

西宮市総合福祉センター 体育施設予定表【2024年 2月】

場所	プール			トレ室			体育室			日	月		
	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間				
1	木										1	木	
2	金							◇卓球/軽スポ	◇卓球/軽スポ	◇軽スポ	2	金	
3	土		○水泳練習会 15:30~ 2・3コース使用					◇軽スポ	◆	◇なかよしひろば	3	土	
4	日							◇なかよしひろば	◇なかよしひろば		4	日	
5	月							フンポイント体操 9:30~	◇10:15~ ストレッチ	◆	◇ポッチャ/FD	5	月
6	火	○水中ウォーキング 教室 9:45~ (5・6コース使用)						◇軽スポ	Jダーツ教室 13:30~	◇車いすテニス	6	火	
7	水							◆	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)		7	水	
8	木										8	木	
9	金							◇軽スポ	フンポイント体操 13:15~	◆ 14:30~	◆メッツ	9	金
10	土							◆ぱすてる	◆ミツキー	◇ゴールボール	10	土	
11	日	○西宮SC						◆キャメルズ	◇卓球/軽スポ		11	日	
12	月										12	月	
13	火	○水中ウォーキング 教室 10:45~ (5・6コース使用)						◇卓球/軽スポ	◇卓球/Jダーツ	◆ミツキー	13	火	
14	水							◆	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)		14	水	
15	木										15	木	
16	金							◇軽スポ	フンポイント体操 13:15~	◆ 14:30~	◆メッツ	16	金
17	土		○水泳練習会 15:30~ 2・3コース使用					◇なかよしひろば	◆キャメルズ	◆	17	土	
18	日										18	日	
19	月							◇STT STT教室(10:15~)	◇卓球	◇ポッチャ/FD	19	月	
20	火		○水中ウォーキング 教室 13:15~ (5・6コース使用)					ポッチャDAY 10:00~	◇Jダーツ ◇15:00~ なかよし ひろば	◆ミツキー ◇19:15~ 車いすテニス	20	火	
21	水							◆	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)		21	水	
22	木										22	木	
23	金							◆	スポーツDAY 13:30~ (車いすバスケ)		23	金	
24	土										24	土	
25	日							◇軽スポ	◆メッツ		25	日	
26	月		○水中ウォーキング 教室 18:50~ (5・6コース使用)					◇軽スポ	フンポイント体操 13:15~	◆ 14:00~	◇バドミントン/バスケ	26	月
27	火							フンポイント体操 9:30~	◇10:15~ ストレッチ	◇卓球/Jダーツ	◆ミツキー	27	火
28	水							◆	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)		28	水	
29	木										29	木	

◇→個人利用 対象…障がいのある人

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。

◇なかよしひろば→はしったり、とんだり、ねころんだり、のんびりできる遊び場です。

◇軽スポ→卓球以外の軽スポーツ(バドミントン、フライングディスク、ポッチャ等)ができます。

◆→団体利用

○→主催教室・障がいのある方のグループ利用等があります。利用を制限します。

※当センターは障がいのある人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

※1月9日(火)~2月末頃まで、工事のため駐車場が使用できません。ご迷惑をおかけしますがご協力をお願いいたします。

	対象	時間
午前	障害のある人	9:00~12:00
	65歳以上の健康者	10:30~12:00
午後	障害のある人	13:00~17:00
	65歳以上の健康者	15:00~17:00
夜間	障害のある人	17:30~20:45
	健康者	18:00~20:45

【お問い合わせ】

TEL: 0798-78-3388

FAX: 0798-35-1132