

西宮市総合福祉センター 体育施設予定表【2025年4月】

当センターは障害のある人の利用を優先しております

場所	プール			トレ室			体育室						
	時間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後			夜間	
1	火	☉ウォーキング 10:45~							◆トーラス	◆ミツキー	1	火	
2	水							◆	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)		2	水	
3	木										3	木	
4	金								ポッチャDAY	♡車いすテニス	4	金	
5	土		◇	◎水練(クワン) 15:30~ (2・3コース専用)					◆	◆	5	土	
6	日								◆	◆	6	日	
7	月							ワンポイント 体操 9:30~	◆	♡卓4・軽スポ	7	月	
8	火			◎水練(スマート) 15:30~ (2・3コース専用)				10:15~ リフレッシュ教室	◆	♡卓4・軽スポ	8	火	
9	水								◆	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)	9	水	
10	木										10	木	
11	金								◆	◆メッツ	11	金	
12	土								◆	◆ミツキー	12	土	
13	日	◎西宮SC 3コース専用	◇	◎県練[水泳] 15:30~ 2・3コース専用				県練[陸上] 10:30~	◆	県練[卓球] 15:45~	13	日	
14	月							ワンポイント 体操 13:15~	◆	♡卓球	14	月	
15	火		◎ウォーキング 13:15~					ワンポイント 卓球	◆	♡ポッチャ・軽スポ	15	火	
16	水								◆	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)	16	水	
17	木										17	木	
18	金								♡モルック・軽スポ	♡軽スポ	18	金	
19	土		◇	◎水練(クワン) 15:30~ (2・3コース専用)					◆	◆キャメルズ	◇ゴールボール	19	土
20	日										20	日	
21	月								◇STT/FD	◆	♡バド・軽スポ	21	月
22	火							ワンポイント 体操 9:30~	◇10:15~ ストレッチ	◆	♡車いすテニス	22	火
23	水									◆	◆ひまわり(1/3面) ◆(2/3面)	23	水
24	木										24	木	
25	金								◆	♡軽スポ	25	金	
26	土		◇	◎県練[水泳] 15:30~ 2・3コース専用					◆	◆	♡軽スポ	26	土
27	日	◇	◎西宮SC 3コース 専用						◆	◆		27	日
28	月								ワンポイント 体操 13:15~	◆	♡卓4・軽スポ	28	月
29	火祝	清掃・器具点検日						県練[卓球] 10:30~	県練[陸上] 13:30~			29	火祝
30	水	"										30	水

利用マーク等について

- ◇ 障害者と介護者の個人利用開放日。
- ◆ 障害者の団体利用。
- ◎ 主催教室や障害者のグループ利用のため、通常より混雑・人数制限があります。
- ♡ どなたでも利用できます。
- 軽スポ 卓球以外の各種スポーツができます。
(バドミントン、フライングディスク、ポッチャ、モルックなど)

◇は障害者と介護者の個人利用日です。高齢者・一般の利用はできません。

プール: 5(土)午後、13(日)午後、19(土)午後、26(土)、27(日)午前

利用時間帯

	午前	午後	夜間
障害者	9:00~12:00	13:00~17:00	17:30~20:45
高齢者・一般	10:30~12:00	15:00~17:00	18:00~20:45

※受付は、各時間帯の終了30分前で締め切ります。

【お問い合わせ】障害者スポーツ事業係

〒662-0913 西宮市染殿町8-17
 TEL:0798-33-5501 / FAX:0798-35-1132
 休業日:木曜日、休日の翌日、全館休館(毎月第3日曜日)
 ☆詳しくは、西宮市社会福祉協議会のHPをご確認ください

HP・2次元コード

