



スポーツ・文化教室

お試し体験会

👍 トランポリン教室

月曜 18:30~18:40・木曜 18:00~18:10

トランポリンで運動能力を高めよう!



👍 バスケットボール教室

水曜 17:30~18:15・18:30~19:20・19:30~20:30

基礎から応用技術までスキルアップを目指そう!



👍 卓球教室

木曜 11:30~12:30

判断力を高めて脳の活性化が期待できます。



体験日や上記以外の教室体験は
事務室までお問い合わせください。

申込場所：門真スポーツセンター 事務室

TEL：072-881-3715

申込方法：事務室にてお申し込みください。





スポーツ・文化教室

お試し体験会

👍 アーティスティックスイミング教室

木曜 16:15~17:15・17:30~18:30

泳力アップや音楽に合わせて楽しく踊りましょう。



👍 アクアビクス・水中健康教室

水曜 15:30~16:30

水の特性で体力向上や機能改善を目指します。



👍 水泳(キッズ)教室

水曜 10:55~12:00・金曜 14:40~15:45

水慣れから泳法までレベルに合わせて指導します。



体験日や上記以外の教室体験は
事務室までお問い合わせください。

申込場所：門真スポーツセンター 事務室

TEL：072-881-3715

申込方法：事務室にてお申し込みください。





スポーツ・文化教室

お試し体験会

👍 キッズ空手教室

火曜 18:00~19:00

空手を通じて心身共に鍛錬しましょう。



👍 おやこ教室

木曜 9:30~10:30

親子で鉄棒やマット運動で楽しく体を動かそう。



👍 キッズダンス教室

金曜 17:00~18:00

ダンスの基礎から応用まで楽しく踊りましょう。



体験日や上記以外の教室体験は
事務室までお問い合わせください。

申込場所：門真スポーツセンター 事務室

TEL：072-881-3715

申込方法：事務室にてお申し込みください。





スポーツ・文化教室

お試し体験会



👍 ヨーガ教室

水曜 18:50~19:50・金曜 10:00~11:00
呼吸とヨガのポーズで心身を整えましょう。



👍 こども体操教室

月曜 15:30~16:30・16:30~17:30・17:30~18:30
跳び箱や鉄棒、マット運動で体力向上しよう!



👍 リトモス教室

火曜 13:00~14:00・土日 10:30~11:30
様々なジャンルのダンスで楽しく踊りましょう。

体験日や上記以外の教室体験は
事務室までお問い合わせください。

申込場所：門真スポーツセンター 事務室

TEL：072-881-3715

申込方法：事務室にてお申し込みください。

