

スポーツセンター Tel783-5613

柔道場

◆※足が速くなる教室
【時間】正午～午後3時
【対象】小学生
 10月6日までに市ホームページから電子申請を。

体育館前広場

◆BOATRACE VR スプラッシュバトル・親子の遊び場「出張モーヴィ」(下写真)
【時間】午前10時～午後3時
◆各種キッチンカー、パザー出店
▷弁当▷たこ焼き▷カレー▷レモンスカッシューなど。
【時間】午前10時～午後3時
◆ダブルダッチ体験&パフォーマンス
【時間】午後1～3時



体育館

◆ボッチャ体験
【時間】午前10時45分～正午、午後1～3時
◆居合道体験
【時間】午前11時15分～午後0時半
【対象】小学生以上
◆太極拳体験
【時間】午後1～3時

陸上競技場

◆開会式(第73回市民スポーツ祭・第43回少年スポーツ大会・第55回市民レクリエーション大会)
【時間】午前10～11時
◆レギュラーの健康寿命を延ばすあるあるウォーキング講座(下写真)



【時間】午前11時半～午後0時半
◆※ラグビー体験
【時間】午後1～3時
【対象】小学生以下
 10月10日までに、市ホームページから電子申請を。

野球場

◆キッズ向け野球体験教室
▷ストラックアウト▷投球体験▷ティーバッティング。
【時間】午前10時～正午、午後1～3時
【対象】小学生以下
◆スナッグゴルフ体験
【時間】午前10時～正午、午後1～3時
◆モルック体験
【時間】午前11時～午後3時
◆※フラッグフットボール体験
【時間】午後1～3時
 10月10日までに、市ホームページから電子申請を。

10月14日(祝)
スポーツの日のつどい

市と市教委、伊丹市スポーツ振興協議会、伊丹市スポーツ協会は、10月14日(祝)に「スポーツの日のつどい」を開催します。スポーツ教室や施設の開放など無料で楽しめます(一部有料)。当日直接、会場へ(※除く)。詳しくは、市ホームページ(右二次元コードから読み取り可)で確認を。問い合わせは市教委スポーツ振興課Tel784-8088へ。

テニスコート

◆※テニス1日スクール～初級・中級・上級
【時間】午前10時半～午後0時15分、午後1時15分～3時
 10月10日までに、市ホームページから電子申請を。

剣道場

◆※親子運動教室～運動神経が良くなる体の基礎作り
【時間】午前10時～正午
【対象】1歳～小学生とその保護者
◆※受講者プレゼント有!～熱中症アンバサダー講座
【時間】午後1～3時(受け付けは午後0時半)
* *
 10月13日までに、市ホームページから電子申請を。

ローラースケート場

Tel773-0081
◆ローラースケート無料開放(60分単位)
【時間】午前10時～午後3時
【参加料】1人1回100円(靴レンタル代)

稲野公園運動施設

Tel772-8734
いずれも午前10時～午後3時
◆子ども自由広場
【対象】小学生以下
◆変形自転車無料開放(25分単位)
【対象】小学生以下
◆卓球場無料開放

緑ヶ丘体育館 Tel770-4401

◆※姿勢すっきりピラティス
【時間】午前9時45分～10時45分
【対象】中学生以上
 10月2日から、同館へ。
◆バドミントン無料開放
【時間】午前10時～午後3時
◆Let'sピックアップゲーム! バスケット無料開放
【時間】午前10時～午後3時
◆※エンジョイZUMBA®体験会
【時間】午後1～2時
【対象】中学生以上
 10月2日から、同館へ。

ラスタホール

Tel781-4888

◆体力測定4種目(立ち幅跳び・長座体前屈・握力・上体起こし)
【時間】午前11時～午後2時

瑞ヶ池貯水池

Tel784-8088

◆大型ヨット試乗会
【時間】午前10時～午後4時
【参加料】1人1回100円
◆子どもヨット教室体験会
【時間】▷午後1時▷2時▷3時
【対象】小学生～中学生

第4回 ニュースポーツ

体験会開催

10月16日(水)午後6時半～8時、緑ヶ丘体育館で。モルックの体験会。定員20人(18歳未満は保護者同伴)。
無料。
 市ホームページ(下二次元コードから読み取り可)から電子申請を。先着順。
 ◎市民スポーツ祭(相撲の部) 20日(日)午前9時、市立相撲場で。対象は小学生。
 無料。
 10月11日午後5時までに市ポータルサイト(下二次元コードから読み取り可)から電子申請を。先着順。
 ◎ZUMBA®体験会 26日(土)午後7時15分、緑ヶ丘体育館で。ラテン系の音楽に合わせて踊り、汗を流す。
 対象・定員は、高校生以上15人。
 参加料千円。
 10月2日から緑ヶ丘体育館Tel770-4401へ。先着順。
 ◎住友電工陸上フェスタ 27日(日)正午～午後5時、住友総合グラウンド(瑞ヶ丘2)で。陸上競技会やパラスポーツ体験など。
 無料。
 一部要申し込み。詳しくは住友電工陸上フェスタ特設ホームページ(下二次元コードから読み取り可)で確認を。
 関住友電工工業(株)陸上事務局
Tel06-7639-5398
 ◎ローラースケート教室 市立ローラースケート場で。日程などは次の通り。
 【①木曜開催】▽日時10月17日、11月14日(全5回) いずれも午前10時▽内容ローラー

秋バラ、10月中旬見頃

荒牧バラ公園では世界のバラ約250種1万本が10月中旬に見頃を迎えます。バラの開花状況はみどりのプラザホームページで確認を。
▷開園時間=午前9時～午後5時▷休園日=火曜(10・11月は無休)。入園無料。
みどりのプラザTel772-7696、市公園課Tel784-8134



スケート競技の技術指導▽対象・定員16歳以上20人▽参加料114千円(保険代など別)。
【②土曜開催】▽日時10月12・26日いずれも午前11時半▽内容11初心者向け▽対象・定員115歳以上10人▽参加料11600円(靴レンタル代など別)。
【③日曜開催】▽日時10月20日、11月24日(全5回) いずれも午前9時半▽内容11ローラースケート競技の技術指導▽対象・定員115歳以上70人▽参加料114千円(保険代など別)。
 10月13日午前9時～午後5時②各開催日時まで③13日前9時11時に、ローラースケート場Tel773-0081へ。先着順。
 ◎第72回伊丹市民ロードレース大会 11月9日(土)午前9時、瑞ヶ池公園で。
 対象は小学生以上。
 参加料▽小・中学生1100円▽高校生以上1200円。
 10月15日、市ホームページ(下二次元コードから読み取り可)から電子申請を。先着順。
 * *
 ◎親子テニス体験 10月26日(土)午前8時、伊丹スポーツセンターで。
 対象・定員は、5歳児～小学生とその保護者30組。
 参加料1千500円。
 10月2日午後1時から伊丹スポーツセンターTel783-5613へ。先着順。