

サークル紹介



《ショートテニス(大人・こども)》

スポンジボールを使うテニスです。土曜日は年長さんから6年生まで、日曜日は大人、ファミリーを中心に練習しています。ぜひ一度体験にきてください。すぐに楽しんでもらえます！



《ミニバスケットボール》

1年生から6年生まで、約50人でA・Bチームに分かれ、楽しく活動しています！Aチームでは試合に勝つことを目標に、Bチームでは基礎練習からコツコツと日々頑張っています。公式戦にも出場しています！高学年からの入部も大歓迎です(^_^)一緒にバスケしましょう!!!



《バドミントン》

初心者から中級者まで、一緒に仲良くバドミントンを楽しんでいます。まったくの初めてでも、やさしく指導しますので、しばらく通っているうちに普通に練習やゲームを楽しむことができますよ！是非体験に来て下さいね！



《子どもバレーボール》

一緒にバレーボール🏐をやりませんか？男の子も女の子も。みんな楽しくプレーしています！少しでもバレーボールをやってみたいと思ったら、いつでも見学・体験に来てください！



《エアロビクス&ヨガ》

ジワッとカラダの血行が良くなる
ココロ軽やか 帰りは笑顔にをモットーに第1,2,3週目エアロビクス、第4週目ヨガを行っております。ご参加お待ちしております。



《サッカー》

西明石セントラル 部員募集中！男の子も女の子も大歓迎！年齢に合わせて基本から丁寧に指導してもらえます。サッカーの技術だけでなくチームワークや自主性を学ぶこともできます。バラエティに富んだメンバー、指導者と楽しく活動しています。あなたも仲間入りしてみませんか？お気軽に体験、見学に来て下さい！



《ゴムバレーA・B・C》

下は16歳から上は81歳老若男女で楽しく活動しています。初心者の方もお子様連れも大歓迎です😊是非体験に来てください。お待ちしております!!!

《皮バレーボール》

毎週水曜日18:30~練習しています。お子様連れOK 初心者の方も大歓迎です。楽しく運動不足解消!!ストレス発散!! 見学体験お待ちしております。

