

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(中学生以上)、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!



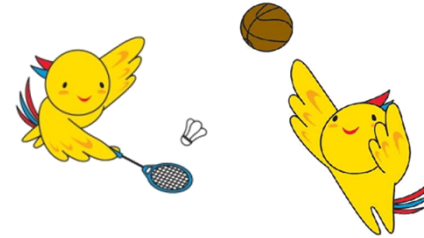
《バドミントン》

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! ラケットはお貸ししますのでまずは体験してみてくださいね!



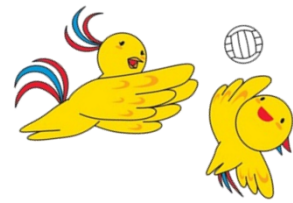
《ミニバスケットボール》

1年生から6年生まで、約70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頑張っています。高学年からの入部も大歓迎!一緒に楽しくバスケしましょう!



《子どもバレーボール》

一緒にバレーボールをしませんか? 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りたいと思ったら、いつでも見学・体験にきてください!



《エアロビクス&ヨガ》

日々の暮らしの活力 笑顔の素を作りましょう!

「自分のペースでコツコツ貯筋」

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、見学にきて下さい!



《皮バレーボール》

子育て中のママから気付けは長く続けているメンバーまで、一緒に楽しく活動しています。日々の練習では和やかに、試合では真剣に良い汗流しています。遊びにきてくださいね。



《ゴムバレーA・B・C》

笑い声の絶えない雰囲気の中で、年齢や経験に関係なくバレーを楽しんでいます。おしゃべりもプレーも全力で毎週練習に励んでいます。

