いろいろなスポーツにチャレンジ!!

何種類でも予約不要で参加出来ます。

幼…小学生未満　小…小学生　中…中学生　高…高校生　大…大人

第二総合運動場

※キッチンカー、出店など飲食コーナー設置してます。

①卓球　ふれあい体験

場所：大体育室　幼 小 中 高 大
時間：9:30～11:30
対象：自由参加
定員：フリー（受付順に体験）

②バドミントン　ふれあい体験

場所：大体育室　幼 小 中 高 大
時間：9:30～11:30
対象：自由参加
定員：フリー（受付順に体験）

③ファミリー体力測定

場所：大体育室　幼 小 中 高 大
時間：12:30～15:30
対象：自由参加
定員：フリー（受付順に体験）

④バスケットボール　ふれあい体験

場所：小体育室　幼 小 中 高 大
時間：9:30～11:30
対象：自由参加
定員：フリー
（受付順に体験）

⑤ミズノ流忍者学校

場所：小体育室　幼 小
時間：12:30～13:30（最終受付13:00）
対象：幼児～小学生
定員：フリー
（受付順に体験）

⑥ミズノ親子プレイサーカス

場所：小体育室　幼
時間：13:45～14:45
対象：3歳～未就学児（親子参加）
定員：２５組（大人１名に付き子ども2名参加可）
※整理券を１０時より体育館事務所前の受付で配布。
定員になり次第、受付終了。

⑦跳び箱体験

場所：小体育室　小
時間：15:00～16:00（最終受付15:40）
対象：小学生
定員：フリー（受付順に体験）

⑧ヨガ体験

場所：会議室　小 中 高 大
時間：①9:30～ ②10:00～（2部構成）
対象：小学生以上
定員：①・②各20名

⑨ピラティス体験

場所：会議室　小 中 高 大
時間：①11:00～ ②11:30～（2部構成）
対象：小学生以上
定員：①・②各20名

⑩ダーツ体験

場所：会議室　幼 小 中 高 大
時間：13:00～16:00
対象：自由参加
定員：フリー（受付順に体験）

⑪楽しいテニス　小学生以下

場所：テニスコート　幼 小
時間：9:30～16:00
対象：幼児～小学生
定員：フリー（受付順に体験）

⑫ふれあいテニス（初心者）

場所：テニスコート　中 高 大
時間：9:30～16:00
対象：中学生以上（初心者向け）
定員：フリー（受付順に体験）

⑬ふれあいテニス（経験者）

場所：テニスコート　中 高 大
時間：9:30～16:00
対象：中学生以上（経験者向け）
定員：フリー（受付順に体験）

⑭ダイヤモンドトライアウト

場所：多目的グラウンド（西側）
時間：9:30～12:30
対象：自由参加
定員：フリー
（受付順に体験）
※「遠投・投球スピード　バットスイングスピード測定」
幼 小 中 高 大

⑮走り方教室

場所：多目的グラウンド（西側）　小
時間：A13:45～14:30（小学１～2年生）
B14:45～15:30（小学３～6年生）
対象：小学生
定員：フリー

⑯スナッグゴルフ体験教室

場所：多目的グラウンド（東側）　幼 小 中 高 大
時間：9:30～11:30
対象：自由参加
定員：フリー（受付順に体験）

⑰サッカー体験教室

場所：多目的グラウンド（東側）　小
時間：12:30～15:00
対象：小学生
定員：フリー（受付順に体験）

⑱トレーニングルーム開放

場所：トレーニングルーム　大
時間：10:00～16:00
対象：18歳以上
定員：フリー

スカイアリーナ

㉘大阪いのち輝くスポーツプロジェクト OSAKA NEXPO 2024スケートボード体験会

場所：箕面スケートボードパーク　幼 小 中 高 大
時間：10:00～16:00
対象：５歳以上（小学生以下は保護者同伴）
①体験会：事前予約申込
（詳細・事前予約申込は、チラシ表面QRコードよりお願いします）
②別途、同スケートボードパークで一般無料開放も実施
※①②ともにスケートボード、ヘルメット貸出有り
※一般無料開放について、混み合う場合は入場及び利用時間の制限有り

武道館

⑲柔道体験

場所：武道館（第一道場.畳）　幼 小 中 高 大
時間：9:00～9:45
対象：自由参加
定員：フリー（受付順に体験）

⑳合気道体験

場所：武道館（第一道場.畳）　幼 小 中 高 大
時間：10:00～10:45
対象：自由参加
定員：フリー（受付順に体験）

㉑空手道体験

場所：武道館（第一道場.畳）　幼 小 中 高 大
時間：11:00～11:45
対象：自由参加
定員：フリー（受付順に体験）

㉒日本拳法演武発表会

場所：武道館（第一道場.畳）　幼 小 中 高 大
時間：12:00～12:45
対象：演武発表会（見学）

㉓太極拳体験

場所：武道館（第一道場.床）　幼 小 中 高 大
時間：13:00～13:45
対象：自由参加
定員：フリー（受付順に体験）

㉔剣道体験

場所：武道館（第一道場.床）　小 中 高 大
時間：14:00～14:45
対象：小学生以上
定員：フリー（受付順に体験）

㉕居合道体験＆演武発表会

場所：武道館（第一道場.床）　中 高 大
時間：15:00～15:45
対象：中学生以上
定員：フリー（受付順に体験）

第一テニスコート

㉖ソフトテニス教室

場所：第一テニスコート　中 高 大
時間：9:30～12:00
対象：中学生以上
定員：定員20名程度（自由参加）

㉗ふれあいソフトテニス

場所：第一テニスコート　中 高 大
時間：9:30～16:00
対象：中学生以上
定員：フリー（受付順に体験）