

カラフル北神戸のハンドメイド教室 ネット申込み制
ダイヤモンドアートで彩る
レザー調メガネケース

10月2日(土) 10時30分～11時30分

きらきらのビーズでメガネケースに模様を貼り付けます。下書きができていますので、どなたでも、簡単に素敵なアートが完成します。メガネだけでなく、小物入れとしても活躍します。
※小さなパーツがありますので、メガネ等お持ちください。



【場 所】 体育館 ホワイエ
【定 員】 12名(1名につき同伴者1名可、同伴者無料)
【料 金】 2,000円 【主 催】 カラフル 北神戸



おさがりとりかえっこ 申込み不要

ベビー服から高校の制服まで! 子ども服古着交換会

10月24日(日) 9時30分～12時

まだ着られるけど捨てられない子どもの服を持ち寄って、今必要な服を持ってこえる「大切なものを次につなぐイベント」です。



持っかえりたいものを見つけたら...
持ち帰り袋(50cm×60cm)に持っかえりたい分だけ詰める。出口で利用登録を行いお金(500円)を支払う。

【場 所】 体育館 ホワイエ 【主 催】 カラフル 北神戸
【お問合せ】 colorful.pro2018@gmail.com



JAXAコスミックカレッジ ネット申込み制
バルーンロケットをつかって飛ばそう

11月13日(日) 10時～11時30分

スティックバルーンでロケットを作り、飛ばし組みを学ぼう!



【場 所】 体育館 ホワイエ
【定 員】 10名(1名につき同伴者1名可、同伴者無料)
【対 象】 小学生以上(未就学児は保護者同伴で参加可能)
【料 金】 800円
【協 力】 JAXA宇宙教育センター

JAXAコスミックカレッジ ネット申込み制
ペンシルロケットクラブをつかって飛ばそう

12月11日(土) 15時～16時30分

日本ロケットのはじまりである「ペンシルロケット」の実物大クラブをつかって飛ばそう。当日は大阪で人工衛星を作っている技術者さんのお話と実物大模型の展示もあります。



【場 所】 体育館 ホワイエ
【定 員】 10名(1名につき同伴者1名可、同伴者無料)
【対 象】 小学生以上(未就学児は保護者同伴で参加可能)
【料 金】 800円
【協 力】 JAXA宇宙教育センター、ドリームサテライトプロジェクト

青空ヨガ ネット申込み制

10月9日(土) 10時～10時50分

14時～14時50分

11月1日(日) 15時～15時50分

でんスポならではの自然の中でのヨガ教室です。開放感のある空の下で、自然を感じながらヨガを楽しみましょう!初めての方でも気軽に参加できます。

【場 所】 芝生広場(受付:体育館管理事務所)
【定 員】 各10名 【対 象】 18歳以上 【料 金】 550円
【持ち物】 バスタオルまたはヨガマット、運動しやすい服装、飲み物、タオル
※雨天時は屋根のある場所で開催予定です。



クリスマスイブニングコンサート

11月28日(日) 15時30分～17時(予定)

ゆったりとした土曜の午後のひと時をハンドベルやオカリナ、リコーダーの幻想的な音色をお楽しみください。

【場 所】 体育館 ホワイエ

入場無料



申込み不要



でんスポ山の学校 電話申込み制
樹木のクリニック

◆10月15日(金) 秋の公園樹木ガイド(屋外での実施)
◆12月3日(金) 冬季の樹木管理や寒肥のやり方について
10時～12時

大切な庭木や植物の事で困っていませんか?病虫害や剪定などを樹木のプロが分かりやすく解説します。

【場 所】 体育館受付 (講師が会場までご案内いたします)
【講 師】 樹木医 小西朋裕 【定 員】 10名 【料 金】 550円



でんスポ山の学校 電話申込み制
竹のクラフト教室

10月12日(日)・12月14日(日) 13時～16時

竹を使って自然素材独特の味わいある作品作りに挑戦。道具の使い方、手入れの仕方など初歩から指導。初心者向けの作品を選んで作ります。

【場 所】 体育館ホワイエ
【定 員】 10名(成人)
【料 金】 550円

※材料(竹)と道具は用意します。切り出しナイフ、ナタ、竹用のごしりをお持ちの方はご持参ください。



ミスノ キッズフェスティバル 12月25日(土) ネット申込み制

ミスノ流忍者学校

9時30分～10時30分
11時～12時

ミスノが開発した「遊びプログラム」です。幼少期に必要な動きを忍者になりきって習得します!

【場 所】 あじさいスタジアム北神戸(メイン球場)
【定 員】 各15名 【対 象】 年中～小学校2年生
【料 金】 1,100円
【持ち物】 動きやすい服装、飲み物、タオル、外用シューズ



サッカーゲームデー

年中～小2 13時30分～14時30分
小3～小6 15時～16時

個人参加型のサッカーで、試合だけを行います。(軽いウォーミングアップ以外の練習は行いません。)時間いっぱいサッカーを楽しもう!

【場 所】 あじさいスタジアム北神戸(メイン球場)
【定 員】 各30名 【料 金】 1,100円
【持ち物】 動きやすい服装、飲み物、タオル、外用シューズ



トレーニングセンター シャワー・ロッカー・更衣室無料

1回券500円 65歳以上400円 ※お得な回数券、定期券もあります。入会金、年会費無料!トレーナー在中なので、初めてでもお気軽にお越しいただけます。感染症対策をして営業しております。ご利用の際はマスクの着用と検温のご協力をお願いします。



スタジオプログラム

トレーニングセンターご利用の方は無料で受講いただける運動プログラムです。ヨガもエアロもストレッチも!お手軽に運動を楽しめます! ※プログラムは月替わりです。※即日ご参加OKです。(先着25名まで)

▼9月に実施のプログラムです。

曜日	9時15分～	10時5分～	13時10分～	14時5分～
月	ボディメイク エクササイズ	のびのびストレッチ	誰でもエアロ	
火	週替わり エクササイズ	ゆったりストレッチ	ファンクショナル トレーニング	ファンクショナル コンディショニング
水	引き締めヨガ	ボールリラックス		
木	マーシャル	マーシャル		
金	ボールエクササイズ	アロマdeストレッチ		

パーソナルトレーニング

電話申込み制

10月より第1～第3火曜日
12時～13時・15時～16時

今すぐ痩せたい、元気に歩きたい、ゴルフの飛距離アップなど、健康増進から競技力アップまで、個人に合わせたワークアウトをサポートします。

【場 所】 トレーニングセンター
【講 師】 鐵焼 日出海
YMCAフィットネス指導員・栄養士
NTTドコモラグビー部、マイカスキー部
ジャンプチームなど実業団チームの指導歴多数
【対 象】 中学生以上
【料 金】 2,200円 1回20分完全予約制