

ラスタホール

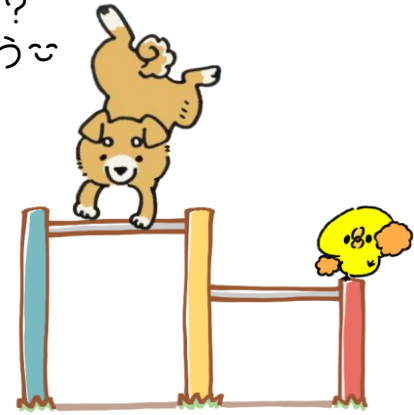
スポーツ苦手チャレンジ



鉄ぼうのきほん! 2日間集中レッスン

逆上がりができない、おしりが落ちちゃう…。そんな苦手を克服しよう！鉄棒が苦手なお子さんを対象に、鉄棒講座を開催します。前回り、逆上がり、足掛け回り、もしかしたら空中逆上がりもできるようになるかも！？鉄棒の基本を学んで、夏休みの「できた！」を増やしましょう♡

◆開催日◆ 8月19日(金)
8月20日(土) <全2回>



対 象	時 間	定 員	受講料
逆上がりができない 小学1年生～3年生	9:30～10:30	15名	2,000円
逆上がりができない 年中(4歳児)・年長(5歳児)	11:00～12:00	15名	2,000円

- ◆場所：ラスタホール2階 多目的ホール
- ◆講師：ミズノスポーツサービス(株) スタッフ

■お問い合わせ

ラスタホール(伊丹市立生涯学習センター)

TEL: 072-781-8877 <火曜休館> ※祝休日の場合は翌平日休館

〒664-0865 伊丹市南野2丁目3番25号

<https://www.lustrehall.com> (右記QRコードからもアクセスできます)

主催:公益財団法人いたみ文化・スポーツ財団 / ラスタホール 伊丹市教育委員会



ラスタホール

夏休み 水泳教室



水が苦手な子ども集まれ～！
泳ぎが苦手な小学生を対象にした夏休みの人気講座です。
今年はクロールや平泳ぎを教えてもらいます。
“泳ぐ”ってどうするの？わからないことを聞いて、やってみて、泳ぐ
楽しさを発見しよう☆

クロールコース
〈全5回〉

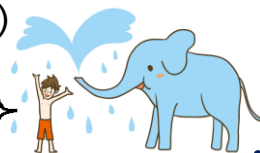
＜対象＞クロールができない小学生

日程：7月25日(月)・26日(火)・27日(水)・28日(木)・29日(金)

時間：7:20～8:20

※保護者見学日時：29日 8:00～8:20

水がこわいお子さま向け



平泳ぎコース
〈全5回〉

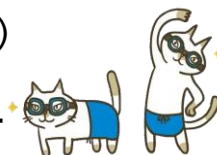
＜対象＞平泳ぎができない小学生

日程：7月25日(月)・26日(火)・27日(水)・28日(木)・29日(金)

時間：8:30～9:30

※保護者見学日時：29日 9:10～9:30

顔つけと、クロール15m以上
泳げるお子さま向け



定員：各コース20名

受講料：各コース5,700円

場所：ラスタホール4階 フィットネスラスタのプール

持ち物：水着、水泳キャップ、バスタオル、水筒、
靴を入れる袋(記名をしたスーパーの袋等)、
ビニル袋(水着入れ)、ゴーグル(必要な人のみ)

講師：伊丹スポーツセンター

泳げるよう
になりたい！

朝早いけど
がんばるー！



■お問い合わせ

ラスタホール(伊丹市立生涯学習センター)

TEL: 072-781-8877 <火曜休館> ※祝休日の場合は翌平日休館

〒664-0865 伊丹市南野2丁目3番25号

<https://www.lustrehall.com> (右記QRコードからもアクセスできます)

主催：公益財団法人いたみ文化・スポーツ財団 / ラスタホール 伊丹市教育委員会

