

# 城東スポーツセンター

## 体験実施中

※各教室開催日はお問合せください。  
※定員になり次第体験受付を終了いたします。  
※お電話または窓口にて事前にご予約をお取りください。

## スポーツ教室のご案内

※写真はイメージです。

〈各種教室〉の  
お申込みに必要なもの

受講申込書 受付にてご用意  
しています

通帳 銀行または  
ゆうちょ銀行

左記通帳届出印鑑

受講料

※各種教室の受講料はご指定の金融機関から毎月自動振替にてお支払いいただけます。※原則として、お届けの口座はご本人もしくは保護者さまの名義となります。  
※休会制度はございません。※お申込みの際に必要な受講料は、教室によって異なります。教室一覧にてご確認ください。

見学や体験などは、受付または電話にてご予約をお願いいたします。

※すでに定員の教室など体験できないクラスもございます。詳しくは施設までお尋ねください。

# 大阪市立 城東スポーツセンター

詳しくはこちら



お問い合わせ

06-6965-1391 〒536-0014  
大阪市城東区鳴野西2-1-21

■定休日 毎週月曜日・年末年始(12月28日~1月4日)・施設点検日

※月曜日が祝日の場合は祝日営業となり、翌平日が休館日となります。



JR環状線「京橋駅」下車 南口より南東へ徒歩7分  
京阪本線「京橋駅」下車 中央口より南東へ徒歩11分  
OsakaMetro長堀鶴見緑地線「大阪ビジネスパーク」駅  
4番出口から東へ500メートル徒歩7分  
市バス天満橋行き(焼野から特46番)鴨野西1丁目下車徒歩2分

# スポーツ教室 一覧

2026年4月～

## こども対象

教室名	曜日	時間	対象	内容	定員	受講料(4回/月)
こどもテニス A	火	18:30～19:45	小学4年～中学3年	テニスの基礎を学び、技術の向上を目指すクラスです。	10	4,180円
こどもテニス B	水		小学1年～中学3年	初心初級者と中級者に分かれてレッスンします。テニスを始めてみたいお子さまにおすすめのクラスです。	20	
こどもテニス C	木	16:45～18:00	小学1年～小学6年	テニスの基礎を学び、ボールを打つことに慣れていくクラスです。	10	
こどもバドミントン	火	18:30～19:30	小学4年～中学3年	初心者から経験者まで幅広くご参加いただけます。ラケットの無料レンタルもあります。	20	4,840円
ちびっ子体操	木	10:00～11:00	1歳6ヶ月～3歳 および4歳未満就園児	お子さまのひとりでごんぼる力を養います。色々な器具を使ってからだを動かします。	24	3,520円
こどもバレエ	木	16:30～17:45	4歳～	バレエを通じて音楽性や強調性を身につけ、表現力を身につけませんか 	15	5,280円
チア キッズ	金	16:45～17:35	4歳～小学6年	ボンボンを持ってお揃いのユニフォームで、発表会を目指して頑張ります！GO! シェイカーズ!!	各30	5,940円
チア ジュニア		17:45～18:45	キッズクラス修了者 (講師推薦者)			
バスケットボール A (D3)	土	15:10～16:10	4歳～小学2年 及び講師推薦者	からだを動かすことやボールで遊ぶことに興味を持ち、楽しみを感じていただく事でキャリアのスタートアップをサポートします。	20	4,400円
バスケットボール B1 (D21)		16:15～17:45	小学3年～小学6年 及び講師推薦者	スポーツ選手としての心構えやバスケットボールの基礎技術の習得を目指します。	各30	5,500円
バスケットボール B2 (D22)		17:50～19:20	同上	スポーツ選手としての心構えやバスケットボールの基礎技術の習得を目指します。経験者の多いクラスとなります。		
バスケットボール C (D1)		19:25～20:55	中学生及び講師推薦者	基礎の習得はもちろんのこと、より実践で実力を発揮できる選手を目指すクラスです。		

## おとな対象 ※15歳以上

教室名	曜日	時間	内容	定員	受講料(4回/月)
硬式テニス B	水	9:30～11:00	初級者と中級者に分けてレッスンします。ゲームもお楽しみください。	各30	4,180円
硬式テニス D	木				
硬式テニス G	金				
硬式テニス A	火	20:00～21:30	お仕事帰り、学校帰りの方におすすめのクラスです。初級者と中級者に分けてレッスンします。	各30	4,180円
硬式テニス C	水				
硬式テニス E	木	18:15～19:45	同上	各30	3,520円
硬式テニス F		20:00～21:30			
硬式テニス H	火	18:25～19:55	初心者の方のためのクラスです。ラケットも無料でレンタルできます。動きやすい服装でご参加ください。	15	
卓球 A	水	9:30～11:30	初級者から経験者まで幅広くご参加いただけます。一緒に通う仲間との打ち合いを中心に自分のペースで受講できます。ラケットの無料レンタルもあります。	各30	3,520円
卓球 B		12:15～14:15			
バドミントン C	火	19:45～21:00	初心者から経験者まで様々な方が通われています。会社帰りにもおすすめのクラスです。ラケットの無料レンタルもあります。	20	4,180円
バドミントン A	金	19:00～20:15			
バドミントン B		20:25～21:40			
太極舞	水	10:00～11:30	太極拳とダンスの融合、ゆっくりとした動きで高齢者にもおすすめのクラスです。	14	3,740円
ヘルシー体操	金	10:00～11:00	筋力トレーニングやストレッチなどの体操を行います。	14	3,740円
ストレッチ3B体操	金	10:00～11:30	3B体操とは、器具(ボール・ペル・ペルター)を使ってからだを動かします。どなたでも無理なく楽しみながらできる体操です。	30	3,520円
ボディリセット	金	13:00～14:00	からだの状態をチェックし、正しい状態へ整えていくことを目指すクラスです。ご自身のできる範囲でできるので、どなたでもご参加いただけます。	14	3,520円
らくらくヨガ	金	15:30～16:30	肩こりや腰痛などの予防におすすめのクラスです。初心者の方も安心してご参加いただけます。	20	3,520円
ヨガ A	火	13:30～14:30	呼吸法や様々なポーズにより、心身のバランスを整える事を目指すクラスです。ダイナミックなポーズ(太陽礼拝)も取り入れたクラスです。	14	3,520円
ヨガ B		15:15～16:15			
ヨガ C	金	18:15～19:15	呼吸法や様々なポーズにより、心身のバランスを整える事を目指すクラスです。ゆっくりとしたペースで進めていくクラスです。	各14	3,520円
ヨガ D		19:30～20:30			
エアロビクス A	土	13:00～14:30	有酸素運動を楽しみましょう。様々なエアロビクスの動きで、しっかり汗をかいて気分転換におすすめのクラスです。	各14	3,520円
エアロビクス B		14:45～16:15			

※表記価格は全て税込価格です。