



ふらっと  
遊べる場所！



## 遊ぼう!キッズパーク!!

小体育館にて幼児～小学校低学年を対象に自由に遊べるキッズパークを開催します!の当てや跳び箱、玉入れなどたくさん遊べます!

日時 10:00～15:00

申込 当日

料金 無料



## 個人開放

日時 10:00～17:00

申込  
前日16時～  
TEL(953-1161)  
お電話にて受付

### 種目

- ・バドミントン
  - ・卓球
  - ・ショートテニス
- 1コート400円/40分
- ・トランポリン
- 1台300円/20分



# みんなのスポーツデー in 西山公園体育館



2024年 5月 4日 (土・祝)

時間：10:00～16:00

会場：長岡京市立西山公園体育館

お問合せ・お申込はお電話から

☎ 075-953-1161

いろいろなことやります!

※当日受付

手作り・工作  
クイックマッサージ

日時 10:00～正午

料金 無料



## ウェルネスダーツ



日時  
10:00～  
15:00  
料金  
無料

## グルメ情報

天丼  
販売します!  
お昼ご飯にどうぞ!



## スポ協 Pick up ニュース

### ちびっこ相撲教室

開催日時：土曜日/10時～11時45分  
前期：5月18日、25日  
6月1日、8日、15日、22日

定員：20名(先着順)

対象：小学生

参加料：500円

申込方法：右記QRコードより

体幹が鍛えられ日常に活かせる教室!  
お早めにお申し込みください!



みんなのスポーツデーのほかにこんなのがやっています!

経験者にオススメ

### ヨガ

講師：吉田 優紗 (YOGA MOJOオンラインインストラクター)

毎週月曜 13:40～14:40  
西山公園体育館 武道場  
1回 1,000円  
4回チケット3,000円

ヨガ初心者大歓迎

### ベーシックヨガ

講師：ヒロ (EASヨガインストラクター 877080)

毎週水曜 13:40～14:40  
西山公園体育館 武道場  
1回 1,000円  
4回チケット3,000円

体幹・ちょこトレ・ストレッチ教室  
木曜日(午前)開催中!

<http://www.sports-nagaokakyo.or.jp/>

主催：公益財団法人長岡京市スポーツ協会

住所：長岡京市長法寺谷山1番地



GW 家族で  
身体を動かそう！



### 親子ラグビー教室

TOP WEST A LEAGUE所属の  
島津製作所ラグビー部  
SHIMADZU Breakers の  
選手・スタッフの皆様にご協力  
いただき開催します！

日時 10:00~12:00  
定員 20組40名  
【先着順】  
料金 1組/200円  
申込 QRコードより



### 個人開放

日時 10:00~17:00

申込 前日16時~  
TEL(953-1161)  
お電話にて受付

- ・バドミントン
- ・卓球
- ・ショートテニス  
1コート400円/40分
- ・トランポリン  
1台300円/20分
- ・テニス  
1面1,000円  
/60分



## みんなのスポーツデー in スポーツセンター



2024年 5月6日(月・祝)  
時間：10:00 ~ 16:00  
会場：長岡京市立スポーツセンター

お問合せ・お申込はお電話またはQRから

☎075-951-3363



### 親子サッカー教室

未経験者を対象とした  
プログラムです。  
経験者は参加不可。  
市内少年団にご協力い  
ただき開催します！

日時 13:00~15:00  
定員 30組60名  
【先着順】  
料金 1組/200円  
申込 QRコードより

家族で楽しもう！  
楽しい思い出を  
作ろう！

Pick up 情報

みんなのスポーツデーのほかに  
こんなのがあります！

## テニススクール

開催日時：毎週火曜日

1期：5月7日,14日,21日,28日  
6月4日,18日,25日

時間：キッズ・1年生/16時~17時30分  
2,3年生/17時30分~19時

参加料:キッズ6,800円  
小学生8,800円

※期中参加の場合は回数に応じて金額変動します。お問い合わせください！

岩崎 義 コーチ



<http://www.sports-nagaokakyo.or.jp/>

主催：公益財団法人長岡京市スポーツ協会

住所：長岡京市神足下八ノ坪1番地