

オータムチャレンジ

【スポーツの秋】
を楽しもう

2025

10月13日(月・祝日)

今年も
あの日が
やってくる

体育場

第二体育場卓球無料開放 (卓球台6台)



	受付時間	利用時間
一回目	9時	10:00~12:00
二回目	11時30分	12:30~14:30
三回目	14時	15:00~17:00
四回目	16時30分	17:30~19:30

- * 受付は**先着順6台**となります。
- * 受付は、1階スポーツセンター受付となります。
- * 電話・FAXでの申し込みはお断りいたします。
- * 必ず2名以上で申込をお願いします。
- * 体育場は土足厳禁です。必ず上靴をお持ちください。
- * 小学生以下は、保護者同伴をお願いします。

	受付時間	利用時間
一回目	9時	10:00~12:00
二回目	11時30分	12:30~14:30
三回目	14時	15:00~17:00
四回目	16時30分	17:30~19:30

- * 受付は**先着順6台**となります。
- * 受付は、1階スポーツセンター受付となります。
- * 電話・FAXでの申し込みはお断りいたします。
- * 必ず2名以上で申込をお願いします。
- * 体育場は土足厳禁です。必ず上靴をお持ちください。
- * 小学生以下は、保護者同伴をお願いします。

第一体育場 バドミントン無料開放 (コート6面)



プール

プール無料開放

【時間】 9:00~21:00
(最終受付 20:30)

【対象】 どなたでも

※当日受付

※小学4年生以下は16歳以上の保護者同伴
※保護者1名につき子ども3名まで



君の泳ぎを
試す
チャンスだ

ジム特別レッスン

ジム

「青竹」

- ・実施時間：12:00~12:15(15分)
- ・受付時間：11:00~11:45

「ボール・リラックス」

- ・実施時間：12:30~13:00(30分)
- ・受付時間：11:00~12:15



君の身体
の健康を
見直そう

- ・料 金：無料(施設使用料は必要)
- ・受付人数：各21名(申込多数の場合抽選)
- ・場 所：ジムスタジオ
- ・受 付：ジムフロント

InBody



- ・測定時間：10:00~18:00
(最終受付時間17:30)
- ・料 金：無料
- ・場 所：多目的室
- ・受 付：ジムフロント

体脂肪率や筋肉量など、
日頃の運動の成果が分かります!

インボディ
(体成分分析)測定会



大阪市立 東成スポーツセンター・東成屋内プール