



趣味を
広げよう

こどもから大人まで色々選べる多彩な講座



書道 木



集中力を養いながら書くことの楽しさや喜びを感じて
いただきたく思っています。

2,750円～5,500円(月4回)
月2回もあります

空手 土



練習をとおして「基礎体力」や「礼儀」を身につけ、
強い精神力と継続的な意思を育みます。

5,500円(月4回)

キッズヨガ 日



人と比べない、自分を見つめる「ヨガ」との出会いを
ぜひ子ども時代!

4,950円(月3回)

バトントワリング 水金土日



基本になるバレエや体操、ダンスステップなども
取り入れながら、クラスごとに踊りを完成させるなど、
みんなで楽しく練習しています。

6,160円(月4回) 4,400円(月2回)
3,300円(月3回)

チアダンス 土



可愛いやってみたい!
そんな気持ちから始めることができるチアダンスです。

6,050円(月4回) 3,410円(月2回)

セルツェバレエクラス 木金日



感性を広げて豊かな表情を持ち、情緒に繋がる心が見える
バレエを大切にします。

週2回7,425円～(月8回)
週1回4,950円～(月4回)

子供バレエ 水



一人一人のペースを大切に、
はじめてのお子さまも経験のあるお子さまも、
それぞれの成長をあたたく見守ります。

4,620円～(月4回)

4月
新規開講

大人からはじめるバレエ 火



音楽とともに、踊る喜びと一緒に体感しませんか?
最初はゆっくりとストレッチから体を動かしていきます。
初心者大歓迎。気軽にご参加ください。

11,000円(月4回) 6,600円(月4回)

ヨガ 月



ずっとヨガに興味があった方、カラダがかたい方、
日々カラダが疲れていた方、運動不足の方…
ゆったりしたヨガのクラスです。

5,610円(月3回)

英語ヨガ 金



ヨガで心と体を磨きながら英語力も鍛えられます。
英語やヨガに不安のある方でも安心です。

4,400円(月2回)

ゆるヨガ 火



心と体に耳を傾け、穏やかな時間を一緒にしませんか?
呼吸法、瞑想、ゆるいヨガでリラックス。

3,410円(月2回)

やさしいアロマヨガ 土



天然のエッセンシャルオイルを香らせた空間で、
気持ちよく動いていきましょう。初心者の方、大歓迎です!

4,950円(月3回)

太極拳と気功 水



中国式ストレッチ体操「練功十八法」自律神経を整える「八段錦」
繰り返すことで自然に覚えらるる「二十四式太極拳」
仲間と一緒に続けることで、本来の「元気」を取り戻しましょう!

5,280円(月4回)

古武道・合気道 木



日常生活全体に役立つ武士の所作、振舞を身につける事ができます。
60歳～70歳を超えてからの入門者も多数おられます。
気長に健康志向で身体を創ります。

5,500円(月4回)

プリザーブドフラワー 月 ペン字教室 火



プリザーブドフラワーは、お部屋のインテリアや
フラワーギフトとしても、とても人気を集めています。

2,750円(月1回)

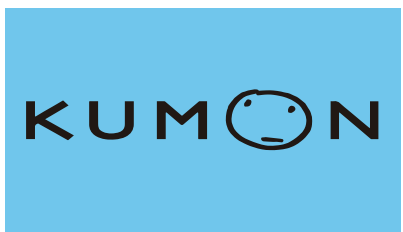


今さら聞けない基本から学びたい、
学校では教えてくれなかった「美文書のコツ」
がわかります。

4,840円(月2回)

4月
新規開講

公文 火金



ピアノ 月火水士



将棋 月



フラダンス 月



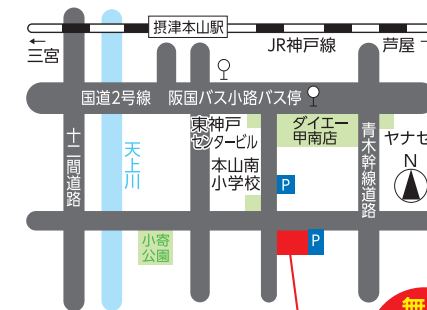
詳しくはお問い合わせください。
**カルチャースクール
新規講座募集!**

あなたの趣味や技能をいかして
本山スポーツ&カルチャーで
講師をしませんか?

※料金は全て税込みです。

春の入会キャンペーン
特典 **入会金無料**

キャンペーン期間
2026年5月31日(日)まで



本山スポーツ&カルチャー

- 阪神国道バス「小路」下車2分
- 阪神電車「青木」駅下車 北東約10分
- JR「摂津本山」駅下車 南東約12分

無料
駐車場
80台

おかげさまで45周年

本山スポーツ&カルチャー

TEL078-451-9181

神戸市東灘区本山南町3丁目10番21号
[受付時間] 平日/9:00~20:30 土曜/8:15~20:30 日曜/8:15~17:00

最新情報、スクール情報など
詳しくはWEBで

本山スポーツ

