

コープこうべ
組合員のみなさまへ

2025年度、コープスポーツは40周年!

2025秋冬メンバー募集号〈西版〉

K-250829



コープへお買物に
行くように気軽に
スポーツ!

近所で
手軽に!



きちんと
指導!

正しく
運動できるよう
コープが指定した
指導者がきちんと
指導します



参加費が
お手頃!

自主運営なので、
お財布にやさしく
始められます

組合員の声にこたえ、
コープスポーツは
1985年にスタート!
今では約800コース、
約40種目を、約8千人の
組合員メンバーが
参加しています。

仲間が
広がる!

コース内は
もちろん、
他コースの仲間と
楽しむ機会も!

コープにお買い物に
行くような
気軽さで人気です。

- 1 北区・三木市内のコース
(三田市・丹波篠山市・小野市・加西市・
西脇市、西宮市と西区の一部)
- 2 西区・垂水区・
明石市内のコース
- 3 兵庫区・長田区・須磨区内
のコース (中央区)
- 4 姫路市・加古川市・
加西市内 (西脇市・稲美町・
播磨町・高砂市・
太子町・たつの市)

まずは..
無料体験!

※お一人様1コース、1回。

コープスポーツ事務局
Tel.078・411・4989

無料体験や見学の
お申込み・お問合せ
は事務局まで

公式サイト▶



基本的な感染対策をたいせつに!



体調管理



こまめに手洗い

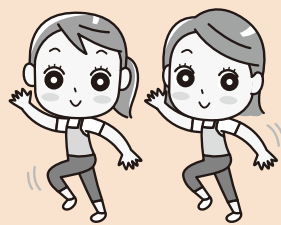


空気の入換え

初めての方も
お気軽に!

今回のトピックス!

健康体操 参加者募集中!



今春スタートした新しい
コースです。無料体験は随
時受付中!お気軽に事務
局までご予約ください。

ズンバ・ゴールド

ラテン音楽を中心に世界中の音楽に合わせて
踊る、簡単で楽しいダンスフィットネス。初め
ての方やシニアの方にもおすすめです。



●コープ新多間集会室/B(垂水区本多間)
(木)10:00~11:30

シニア・ダンス・フィットネス

様々なジャンルの音楽に合わせたダンスフィ
ットネス。シニアや、これまで運動してこなか
った方の健康づくりにも。



●コープ神陵台集会室/B(垂水区神陵台)
(木)10:00~11:15 ※月2回(第1・3木曜)

百寿げんき体操

人生100年時代。元気に100歳をむかえるた
めに「転倒予防」「認知症予防」「交流」をテー
マに楽しく身体と頭の体操をしましょう!



●コープ大久保集会室/B(明石市大久保町大窪)
(木)10:00~11:30 ※月2回(第2・4木曜)

コープゴルフスクール 生徒募集中!



初心者の方も

経験者の方も

1レッスン
たっぷり
90分!

あなたの
力量に合わせ
親切指導!

いつでも
無料体験
受付中

少人数制のグループレッスンです。初心者の方も
経験者の方も、N・G・F認定のプロインストラク
ターがお一人お一人の力量に合わせて指導しま
すのでより効果的な技術力アップをのぞめます。

N・G・F方式レッスン...合理的なスイン
グを基本にした、理論から本コースでの
実践まで4段階のカリキュラムです。

定員

各クラス10名程度(先着順)
※お申し込みの少ない場合、
開催できない場合があります。

レッスンについて

- 参加は3ヶ月で1単位になっています。
※ご入会時に限り、毎月、月初めからご参加いただけます。
- 1レッスンはたっぷり90分。毎月3回レッスンがあります。

参加費 3ヶ月ごとに 23,100円(税込)

秋から
ゴルフ



無料体験、受講の申し込みは、いつでも受け付けていますが
9月12日(金)までのお申し込みで10月からスタートできます。

教室一覧 〈西エリア〉

全12会場から、西寄りの6会場をご紹介します。東寄りの会場は、
ホームページをご覧ください。事務局までお問合せください。
※満員の教室は他の教室をご案内したり、空きがでるまでお待ちいただく場合があります。

会場	曜日	時間
五社ゴルフガーデン 北区有野町有野五社3872	月	10:00~12:30
	金	10:00~13:00
	土	13:00~
	土	13:00~
山ノ街ゴルフガーデン 北区山田町下谷上宇南山1-3	金	15:30~
	金	15:30~
アーバンゴルフプラザ 三田市貴志2024	火	14:00~
	土	17:00~
明舞ゴルフセンター 垂水区清水が丘3-7-1	月	8:30~
	金	10:00~
	金	13:00~
	金	15:00~
	金	16:30~
	金	18:30~

会場	曜日	時間
奥須磨ゴルフセンター 須磨区多井畑字池ノ奥上12-1	火	13:30~15:00
	土	14:00~15:30
	土	15:30~
	土	15:30~
木津ゴルフセンター 西区押谷谷町木津1195	木	10:00~13:30
	木	13:30~15:00
	木	15:00~18:30
	土	8:30~10:00
	日	8:30~10:00
	日	10:00~11:30

- ・練習場でのボール代と入場料、コースレッスン費用は別途ご負担いただきます。
- ・一旦、納められた参加費は、途中でやめられても、返金いたしませんのでご了承ください。
- ・参加は3ヶ月ごとですが、コースのある限り継続できます。

コープゴルフスクール

検索

お問合せ・お申込みは コープスポーツ事務局まで
TEL.078・411・4989 〈電話受付〉月~金 9:00~17:00

コープスポーツ募集コース一覧



2025秋冬版

① 北区・三木市内のコース

(三田・丹波篠山・小野・西脇・加西・西宮 各市と西区の一部)

追加募集からご紹介

まずは気軽に
無料体験!

会 場	区分	住 所	開始時間
社交ダンス			
1時間半			
エコー・リラ 第1多目的ホール	A	北区藤原台中町	金 10:30～
※第2・4週は有野台会館(北区有野台)			
健康体操			
1時間半			
エコー・リラ 第1多目的ホール	A	北区藤原台中町	火 13:00～
ヨーガ			
1時間半			
エコー・リラ 第2多目的ホール	A	北区藤原台中町	土 13:30～
太極拳			
1時間半			
エコー・リラ 第1多目的ホール	A	北区藤原台中町	金 13:30～

追加募集

会 場	区分	住 所	開始時間	備
卓 球				
2時間				
コープ鈴蘭台東集会所	B	北区鈴蘭台北町	火 13:00～	
			木 12:00～(月3回)	
			木 14:00～(月3回)	
			土 10:00～(月3回)	
ひよどり台会館	A	北区ひよどり台	火 10:00～	
コープ西鈴蘭台集会所	B	北区南五葉	土 13:00～	
			土 15:00～	
			日 10:00～	
花山東団地集会所	A	北区花山東町	月 10:00～	
			金 10:00～	
			金 13:00～	
筑紫ヶ丘自治会館	A	北区筑紫が丘	木 15:00～	
			金 13:00～	
広陵町集会所	A	北区広陵町	月 10:00～	
神戸市立農村環境改善センター	A	北区道場町塩田	月 10:00～	
			金 10:00～	
コープ桜が丘集会所	B	西区桜が丘中町	火 13:00～	
			火 15:00～	
南町公会堂	B	加西市北条町北条	月 10:00～(月3回)	
硬式テニス				
2時間				
天王ダムテニスコート	A	北区鈴蘭台東町	火 10:00～	
			火 10:05～	
			火 13:00～	
			水 10:00～	
			水 10:05～	
			木 10:00～	
			金 10:00～	
北神戸テニスガーデン	A	北区松が枝町	水 10:00～	
			木 10:00～	
ねぶたにテニス	B	北区鹿の子台南町	水 9:00～	
三木ロイヤルテニス	A	三木市志染町四合谷	火 10:00～	
			水 10:00～	
			木 10:00～	
			土 10:00～	
			土 12:00～	

中級テニス			
※ただし、指導者からのレベルチェックが必要。			
2時間			
天王ダムテニスコート	A	北区鈴蘭台東町	火 10:00～
			木 10:00～

子ども空手			
1時間半			
協同購入センター但馬集会所	B	養父市八鹿町小山	土 10:00～(月3回)

社交ダンス			
1時間半			
コープデイズ神戸北町集会所	B	北区日の峰	日 10:15～
エコー・リラ 第1多目的ホール	A	北区藤原台中町	金 10:30～
			※第2・4週は有野台会館(北区有野台)

ラテンリズムダンス			
1時間半			
コープ三田西集会所	B	三田市富士が丘	金 10:30～

ゆるピクスと貯筋体操			
1時間15分			
ゆるやかなエアロピクスと筋力アップ体操で健康づくりを♪			

桂木集会所	A	北区桂木	月 13:30～
さかもとホール	A	北区有野町唐櫃	火 14:00～

大人のための筋トレ&ストレッチ			
1時間15分			
コープからと集会所	B	北区唐櫃台	水 10:30～

健康体操		
1時間半		
元気に体を動かして健康寿命を延ばしましょう! ※内容はソフトエアロ、リズム体操、エアロ&ストレッチなど		

コープ鈴蘭台東集会所	B	北区鈴蘭台北町	木 10:00～
			木 13:00～
ひよどり台会館	A	北区ひよどり台	金 10:00～
市営桜の宮住宅第一集会所	A	北区甲栄台	土 10:00～
花山東団地集会所	A	北区花山東町	木 10:00～
大原2・3丁目集会所	A	北区大原	月 10:40～
桂木集会所	A	北区桂木	月 10:00～
エコー・リラ 第1多目的ホール	A	北区藤原台中町	火 13:00～
北神星和台コミュニティホール	A	北区菫蒲が丘	木 10:00～
コープ桜が丘集会所	B	西区桜が丘中町	火 10:00～
丹波篠山総合スポーツセンター	A	丹波篠山市郡家	月 10:00～

ヨーガ			1時間半
インド生まれの心と体の健康法をマイペースでやりましょう			
東小部公民館	A	北区山田町小部	火 10:00～
神戸ヒルズ集会所	B	北区中里町	火 9:30～
コープ鈴蘭台東集会所	B	北区鈴蘭台北町	月 10:00～
鈴蘭台自治会館	A	北区鈴蘭台東町	水 10:00～
星和台ファミリーホール	A	北区星和台	木 9:00～
			木 10:30～

ひよどり台会館	A	北区ひよどり台	土 10:00～
ひよどり台集会所	B	北区ひよどり台	土 13:00～
コープ西鈴蘭台集会所	B	北区南五葉	土 10:00～
Tクラッシュダンススタジオ	A	北区南五葉	金 13:30～
桜の宮地域福祉センター	B	北区甲栄台	金 14:30～
市営桜の宮住宅第一集会所	A	北区甲栄台	水 10:00～
			木 13:30～

花山東団地集会所	A	北区花山東町	火 10:00～
			土 10:00～

小倉台自治会館	A	北区小倉台	火 10:15～
			水 10:00～

筑紫ヶ丘自治会館	B	北区筑紫ヶ丘	月 9:00～
			月 10:30～
			火 9:00～

広陵町集会所	A	北区広陵町	木 9:00～
桂木集会所	A	北区桂木	木 10:00～
神戸北町ソレアドコート	B	北区桂木	月 10:00～
			水 9:30～
			木 13:30～

青葉台自治会館	B	北区青葉台	月 9:00～
松が枝町自治会館	B	北区松が枝町	金 10:00～
エコー・リラ 第2多目的ホール	A	北区藤原台中町	土 13:30～
北神星和台コミュニティホール	A	北区菫蒲が丘	水 10:00～
有野地域福祉センター	B	北区有野中町	火 14:45～
			水 13:30～

有野台会館	A	北区有野台	金 10:00～
さかもとホール	A	北区有野町唐櫃	月 9:50～
			火 10:00～
			木 10:00～

協同購入センター北神戸集会所	B	北区八多町中	水 10:00～
			木 10:00～

下山口会館	B	西宮市山口町下山口	火 13:00～
			金 10:00～

神戸市立農村環境改善センター	B	北区道場町塩田	金 10:00～
コープ桜が丘集会所	B	西区桜が丘中町	火 11:30～
タウンセンター Joyful 多目的ホール	A	西区桜が丘中町	水 10:00～
けやき台コミュニティハウス	A	三田市けやき台	火 13:30～
えるむプラザ	A	三田市すずかけ台	水 10:10～
			金 10:00～

あかしあ台コミュニティホール	A	三田市あかしあ台	火 10:10～
ゆりのき台コミュニティハウス	A	三田市ゆりのき台	火 9:20～(月2回)
三輪会館	A	三田市三輪	火 10:00～
中兵庫信用金庫三田支店	B	三田市三田町	火 9:45～
三田ほんまち交流館	B	三田市三田町	木 10:00～
弥生が丘コミュニティセンター	A	三田市弥生が丘	金 13:00～
コープ三田西集会所	B	三田市富士が丘	金 14:00～
協同購入センター三木集会所	B	三木市別所町小林宿谷北	木 10:00～
コープ三木緑が丘集会所	B	三木市緑が丘町中	木 10:00～
			土 10:00～

コープ志染集会所	B	三木市志染町西自由が丘	火 13:00～
			土 10:00～

西脇市コミュニティセンター	B	西脇市西脇	火 10:00～
			火 13:30～
			金 10:00～
			土 10:00～

笠屋区公会堂	A	加西市北条町北条	火 10:00～
			金 13:30～

やさしい気功体操		
1時間半		
中国の伝統的健康法。ゆったりとした運動で体と心を整えましょう。		

ひよどり台集会所	B	北区ひよどり台	火(2・3・4週)10:30～(月3回)
コープ西鈴蘭台集会所	B	北区南五葉	水(1・4週) 13:30～(月2回)
桜の宮地域福祉センター	B	北区甲栄台	火 10:00～
神戸北町ソレアドコート	B	北区桂木	木 10:15～

太極拳		
1時間半		
ゆったりとした気持ちのよい動きをいっしょに		

小倉台自治会館	A	北区小倉台	木 10:30～
			土 10:00～

筑紫が丘自治会館	B	北区筑紫が丘	火 10:30～
広陵町集会所	A	北区広陵町	水 9:00～

松が枝町自治会館	B	北区松が枝町	水 10:30～
エコー・リラ 第1多目的ホール	A	北区藤原台中町	金 13:30～

有野台会館	A	北区有野台	土 10:00～(月2回)
コープ三田西集会所	B	三田市富士が丘	土 10:30～

コープ志染集会所	B	三木市志染町西自由が丘	土 14:30～
南町公会堂	B	加西市北条町北条	土 9:30～

空き状況はお気軽にお問合せください

- 体験会以外でも、定員に達していない全コースで、**無料体験**していただけます。
- 満員になったコースは、他コースをご案内したり、空きができるまでお待ちいただく場合があります。

② 西区・垂水区・明石市内のコース

追加募集からご紹介

まずは気軽に
無料体験!

会 場	区分	住 所	開始時間
ズンバ・ゴールド			
1時間半			
ラテンを主に世界の音楽に合わせたダンスフィットネス。			
コープ新多聞集会所	B	垂水区本多聞	木 10:00～
シニア・ダンス・フィットネス			
1時間15分			
ダンスフィットネスで健康づくりを。			
コープ神陵台集会所	B	垂水区神陵台	木 10:00～
※月2回(第1・3木曜)			
百寿げんき体操			
1時間半			
転倒・認知症予防、交流をテーマに体と頭の体操をしよう!			
コープ大久保集会所	B	明石市大久保町大窪	木 10:00～
※月2回(第2・4木曜)			

追加募集

会 場	区分	住 所	開始時間	備		
硬式テニス			2時間			
勸兵衛テニス	A	西区伊川谷町有瀬	火	11:00～		
			水	9:30～		
			水	10:00～		
			木	13:30～		
			金	10:00～		
			土	9:00～		
			土	11:00～		
			土	13:00～		
			日	10:00～		
さくらテニス			A	西区高塚台	月	10:00～
ロイヤルヒルテニス			A	垂水区桃山台	月	10:00～
中級テニス			2時間			
※ただし、指導者からのレベルチェックが必要。						
勸兵衛テニス	A	西区伊川谷町有瀬	火	9:00～		
			火	13:00～		
虹っ子テニス(小学生)			1時間半			
勸兵衛テニス	A	西区伊川谷町有瀬	日	9:00～		

卓 球		2時間
コープ桜が丘集会室	B 西区桜が丘中町	火 13:00～ 火 15:00～
西神井吹台住宅集会所	A 西区井吹台西町	金 10:00～ 金 13:00～
コープ西神集会室	B 西区春日台	土 10:00～ 日 10:00～
コープ新多聞集会室	B 垂水区本多聞	木 13:30～
コープ高丸集会室	B 垂水区上高丸	月 13:30～
コープ神陵台集会室	B 垂水区神陵台	土 10:00～
コープミニ東舞子集会室	B 垂水区舞子台	月 14:30～
コープ桃山台集会室	B 垂水区桃山台	日 10:00～
コープミニ塩屋集会室	B 垂水区塩屋町	日 14:00～
青山台住宅集会所	A 垂水区青山台	土 10:00～
垂水体育館	B 垂水区平磯	火 15:00～
コープ西明石集会室	B 明石市西明石北町	土 13:00～ 土 15:00～
上ノ丸会館	A 明石市上ノ丸	月 10:00～ 火 13:00～
コープ大久保集会室	B 明石市大久保町大窪	土 13:00～ 日 13:30～

中級卓球		2時間
荅谷サークル	B 垂水区舞子台	土 9:30～
上ノ丸会館	A 明石市上ノ丸	金 10:00～
家庭バレーボール		2時間
ゴムボールを使った、初心者も経験者も気軽に楽しめる生涯スポーツ		
荅谷サークル	B 垂水区舞子台	土 9:30～

健康体操		1時間半
元気に体を動かして健康寿命を延ばそう！ ※内容はソフトエアロビクス、シルパー体操、エアロ&ストレッチ、リズム&ダンベル、いきいきエクササイズなど		
コープ桜が丘集会室	B 西区桜が丘中町	火 10:00～
西神南住宅集会所	A 西区井吹台西町	月 10:15～
コープ西神集会室	B 西区春日台	土 15:00～
コープ新多聞集会室	B 垂水区本多聞	木 10:00～
コープ神陵台集会室	B 垂水区神陵台	木(1・3週)10:00～11:15(月2回)
コープミニ東舞子集会室	B 垂水区舞子台	火 13:00～(月3回)
コープ垂水集会室	B 垂水区日向	木 12:15～
コープ西明石集会室	B 明石市西明石北町	木 15:00～
上ノ丸会館	B 明石市上ノ丸	月 13:00～
ふれあい会館	B 明石市東仲ノ町	月 13:00～ 火 10:15～ 水 10:00～

はつらつ館魚住	B 明石市魚住町錦が丘	月 10:00～
フォークダンス		1時間半
ふれあい会館	B 明石市東仲ノ町	水 13:00～
社交ダンス		1時間半
コープ高丸集会室	B 垂水区上高丸	木 10:30～
ヨーガ		1時間半
インド生まれの心と体の健康法をマイペースでやりましょう		

コープ桜が丘集会室	B 西区桜が丘町中町	火 11:30～
タウンセンター Joyフル多目的ルーム	A 西区桜が丘町中町	水 10:00～
吉田郷土館	A 西区枝吉	木 9:00～ 木 10:30～
西神井吹台住宅集会所	B 西区井吹台西町	金 13:30～
コープ西神集会室	B 西区春日台	土 13:00～ 日 13:00～
コープ新多聞集会室	B 垂水区本多聞	土 10:00～ 土 11:30～

コープ高丸集会室	B 垂水区上高丸	土 15:00～
陸ノ町自治会館	A 垂水区陸ノ町	金 9:00～
清水が丘文化センター	A 垂水区清水が丘	月 10:00～ 火 10:00～ 木 9:30～ 木 13:00～
五色山文化センター	A 垂水区五色山	月 13:30～
コープ神陵台集会室	B 垂水区神陵台	日 10:00～
明舞北センタービル集会所	A 垂水区神陵台	金 10:30～
神陵台自治会館	B 垂水区神陵台	月 10:30～
コープミニ東舞子集会室	B 垂水区舞子台	木 10:15～ 土 10:15～
サンヴェール舞子舞子会館	B 垂水区西舞子	木 10:00～
舞子会館	A 垂水区西舞子	火 10:00～
狩口地域センター	B 垂水区狩口台	木 9:00～ 木 10:30～
東舞子文化会館	B 垂水区舞子台	金 10:00～
コープ桃山台集会室	B 垂水区桃山台	土 9:30～ 土 11:00～
下畑公会堂	B 垂水区下畑町宇谷川	水 13:15～
コープミニ塩屋集会室	B 垂水区塩屋町	月 10:00～ 月 11:30～

コープ福田集会室	B 垂水区東垂水町字菅ノ口	土 13:15～ 土 15:00～
垂水山手住宅集会所	B 垂水区山手	土 10:00～

ヨーガ(つづき)		1時間半
コープ垂水集会室	B 垂水区日向	水 10:00～ 金 10:00～
鳥羽野々上会館	A 明石市野々上	火 10:30～ 火 13:00～ 水 10:00～
王子公民館	A 明石市西新町	金 10:00～
藤が丘公民館	B 明石市藤が丘	火 9:30～
一心会館	B 明石市東仲ノ町	火 10:00～ 火 11:30～ 水 11:00～ 水 13:00～ 金 10:30～

上ノ丸会館	B 明石市上ノ丸	水 9:30～
藤江会館	B 明石市藤江	木 10:00～
朝霧会館	A 明石市朝霧町	金 10:00～
朝霧コミュニティプラザ	B 明石市朝霧町	火 13:30～
大蔵会館	B 明石市大蔵中町	金 9:30～ 金 11:00～
ふれあい会館	B 明石市東仲ノ町	火 18:00～
コープ大久保集会室	B 明石市大久保町大窪	土 10:00～ 土 15:00～
大久保町公民館	A 明石市大久保町大久保	月 10:00～ 木 10:00～ 金 10:00～
東大溝自治会館	B 明石市魚住町西岡	月 10:00～ 月 13:00～

太極拳		1時間半
ゆったりとした気持ちのよい動きをgoいっしょに		
吉田郷土館	A 西区枝吉	木 10:30～
コープ高丸集会室	B 垂水区上高丸	土 10:00～
コープ桃山台集会室	B 垂水区桃山台	水 10:30～ 金 10:00～
青山台住宅集会所	A 垂水区青山台	金 14:00～
コープ垂水集会室	B 垂水区日向	木 10:15～ 土 10:00～
コープ西明石集会室	B 明石市西明石北町	火 13:00～
ふれあい会館	B 明石市東仲ノ町	金 15:00～
コープ魚住集会室	B 明石市魚住町錦が丘	木 14:15～

太極拳扇		1時間半
桜町会館	B 明石市桜町	土 11:20～
やさしい気功体操		1時間半
中国の伝統的健康法。ゆったりとした運動で体と心を整えましょう。		
西神井吹台住宅集会所	B 西区井吹台西町	金 10:00～
サンヴェール舞子	B 垂水区西舞子	水 9:50～
上ノ丸会館	B 明石市上ノ丸	水 13:00～ 水 14:30～
桜町会館	B 明石市桜町	土 9:40～

コープ山手集会室	B 中央区中山手通	金 10:00～
丸神市場会館	B 兵庫区東山町	火 9:30～ 木 9:30～ 土 9:30～

コープ長田集会室	B 長田区片山町	月 14:30～ 火 10:00～
----------	----------	----------------------

池田会館	A 長田区池田谷町	土 9:30～
タウンハウスハラハタ	B 長田区五位ノ池	月 9:15～ 月 10:45～

花山会館	B 長田区花山町	火 10:00～ 金 10:00～
コープ須磨集会室	B 須磨区月見山本町	土 10:00～
とんがりハウス	A 須磨区東白川台	火 9:00～
コープ横尾集会室	B 須磨区横尾	火 10:10～ 水 13:00～ 土 10:10～(月3回)

名谷南会館	A 須磨区竜が台	木 10:00～ 木 11:30～ 土 13:30～
南落合集会所	B 須磨区南落合	火 10:00～

コープ白川台集会室	B 須磨区白川台	火 13:45～
-----------	----------	----------

コープ白川台集会室		1時間半
インド生まれの心と体の健康法をマイペースでやりましょう		
コープ山手集会室	B 中央区中山手通	金 10:00～
丸神市場会館	B 兵庫区東山町	火 9:30～ 木 9:30～ 土 9:30～

コープ長田集会室	B 長田区片山町	月 14:30～ 火 10:00～
池田会館	A 長田区池田谷町	土 9:30～
タウンハウスハラハタ	B 長田区五位ノ池	月 9:15～ 月 10:45～
花山会館	B 長田区花山町	火 10:00～ 金 10:00～
コープ須磨集会室	B 須磨区月見山本町	土 10:00～
とんがりハウス	A 須磨区東白川台	火 9:00～
コープ横尾集会室	B 須磨区横尾	火 10:10～ 水 13:00～ 土 10:10～(月3回)
名谷南会館	A 須磨区竜が台	木 10:00～ 木 11:30～ 土 13:30～
南落合集会所	B 須磨区南落合	火 10:00～

コープ白川台集会室	B 須磨区白川台	火 13:45～
-----------	----------	----------

3 兵庫区・長田区・須磨区内のコース(中央区)

追加募集からご紹介

会 場	区分	住所	開始時間
ヨーガ			1時間半
名谷南会館	A	須磨区竜が台 木	10:00～
		木	11:30～
		土	13:30～
やさしい気功体操			1時間半
コープ白川台集会室	B	須磨区白川台 火	13:45～

追加募集

※キッズコースのうち、★のついたコースは「3か月、全11回」となります

会 場	区分	住 所	開始時間	備
卓 球			2時間	
コープ白川台集会室	B	須磨区白川台	土 14:00～	
名谷南会館	A	須磨区竜が台	火 13:00～	
			木 15:00～	
			土 13:00～	
			土 15:00～	
			日 15:30～	

硬式テニス		1時間半または2時間
ITCテニス(インドア)	C 長田区若松町	月 9:30~11:00 火 9:30~11:00 火 9:35~11:00 水 9:30~11:00 木 9:30~11:00 木 9:35~11:00

コープ白川台屋上テニスコート	B	須磨区白川台	月 10:00~12:00 水 10:00~12:00 金 10:00~12:00 土 10:00~12:00 土 12:30~14:30 日 9:30~11:30 日 12:30~14:30
----------------	---	--------	--

お買い物&テニス！ コープの屋上にある テニスコートです！			
虹っ子テニス(小学生)			1時間半
コープ白川台屋上テニスコート	B	須磨区白川台	土 14:30～
幼児体育(年少)★			1時間
名谷南会館	A	須磨区竜が台	水 14:00～
幼児体育(年中・年長)★			1時間15分
名谷南会館	A	須磨区竜が台	水 15:00～

健康体操		1時間半
元気に体を動かして健康寿命を延ばしましょう！ ※内容はソフトエアロビクス、はつらつ貯筋ピクスなど。		

コープ横尾集会室	B	須磨区横尾	火 11:45～
名谷南会館	A	須磨区竜が台	水 13:30～

太極拳			1時間半
ゆったりとした気持ちのよい動きをgoいっしょに			
丸神市場会館	B	兵庫区東山町	土 11:00～
池田会館	B	長田区池田谷町	木 9:30～
名谷南会館	A	須磨区竜が台	木 13:30～

やさしい気功体操		1時間半
中国の伝統的健康法。ゆったりとした運動で体と心を整えましょう。		
池田会館	B	長田区池田谷町 木 11:00～
コープ白川台集会室	B	須磨区白川台 火 13:45～

ヨーガ			1時間半
インド生まれの心と体の健康法をマイペースでやりましょう			
コープ山手集会室	B	中央区中山手通	金 10:00～
丸神市場会館	B	兵庫区東山町	火 9:30～
			木 9:30～
			土 9:30～

コープ長田集会室	B	長田区片山町	月 14:30～ 火 10:00～
----------	---	--------	----------------------

池田会館	A	長田区池田谷町	土 9:30～
タウンハウスハラハタ	B	長田区五位ノ池	月 9:15～
			月 10:45～

花山会館	B	長田区花山町	火 10:00～ 金 10:00～
------	---	--------	----------------------

コープ須磨集会室	B	須磨区月見山本町	土 10:00～
とんがりハウス	A	須磨区東白川台	火 9:00～
コープ横尾集会室	B	須磨区横尾	火 10:10～
			水 13:00～
			土 10:10～(月3回)

名谷南会館	A	須磨区竜が台	木 10:00～ 木 11:30～ 土 13:30～
-------	---	--------	----------------------------------

南落合集会所	B	須磨区南落合	火 10:00～
--------	---	--------	----------

コープ白川台集会室	B	須磨区白川台	火 13:45～
-----------	---	--------	----------

コープ山手集会室	B	中央区中山手通	金 10:00～
丸神市場会館	B	兵庫区東山町	火 9:30～ 木 9:30～ 土 9:30～

コープ長田集会室	B	長田区片山町	月 14:30～ 火 10:00～
池田会館	A	長田区池田谷町	土 9:30～
タウンハウスハラハタ	B	長田区五位ノ池	月 9:15～ 月 10:45～
花山会館	B	長田区花山町	火 10:00～ 金 10:00～
コープ須磨集会室	B	須磨区月見山本町	土 10:00～
とんがりハウス	A	須磨区東白川台	火 9:00～
コープ横尾集会室	B	須磨区横尾	火 10:10～ 水 13:00～ 土 10:10～(月3回)
名谷南会館	A	須磨区竜が台	木 10:00～ 木 11:30～ 土 13:30～
南落合集会所	B	須磨区南落合	火 10:00～

コープ白川台集会室	B	須磨区白川台	火 13:45～
-----------	---	--------	----------

コープ山手集会室	B	中央区中山手通	金 10:00～
丸神市場会館	B	兵庫区東山町	火 9:30～ 木 9:30～ 土 9:30～

コープ長田集会室	B	長田区片山町	月 14:30～ 火 10:00～
池田会館	A	長田区池田谷町	土 9:30～
タウンハウスハラハタ	B	長田区五位ノ池	月 9:15～ 月 10:45～
花山会館	B	長田区花山町	火 10:00～ 金 10:00～
コープ須磨集会室	B	須磨区月見山本町	土 10:00～
とんがりハウス	A	須磨区東白川台	火 9:00～
コープ横尾集会室	B	須磨区横尾	火 10:10～ 水 13:00～ 土 10:10～(月3回)
名谷南会館	A	須磨区竜が台	木 10:00～ 木 11:30～ 土 13:30～
南落合集会所	B	須磨区南落合	火 10:00～

コープ白川台集会室	B	須磨区白川台	火 13:45～
-----------	---	--------	----------

コープ山手集会室	B	中央区中山手通	金 10:00～
丸神市場会館	B	兵庫区東山町	火 9:30～ 木 9:30～ 土 9:30～

コープ長田集会室	B	長田区片山町	月 14:30～ 火 10:00～
池田会館	A	長田区池田谷町	土 9:30～
タウンハウスハラハタ	B	長田区五位ノ池	月 9:15～ 月 10:45～
花山会館	B	長田区花山町	火 10:00～ 金 10:00～
コープ須磨集会室	B	須磨区月見山本町	土 10:00～
とんがりハウス	A	須磨区東白川台	火 9:00～
コープ横尾集会室	B	須磨区横尾	火 10:10～ 水 13:00～ 土 10:10～(月3回)
名谷南会館	A	須磨区竜が台	木 10:00～ 木 11:30～ 土 13:30～
南落合集会所	B	須磨区南落合	火 10:00～

コープ白川台集会室	B	須磨区白川台	火 13:45～
-----------	---	--------	----------

コープ山手集会室	B	中央区中山手通	金 10:00～
丸神市場会館	B	兵庫区東山町	火 9:30～ 木 9:30～ 土 9:30～

コープ長田集会室	B	長田区片山町	月 14:30～ 火 10:00～
池田会館	A	長田区池田谷町	土 9:30～
タウンハウスハラハタ	B	長田区五位ノ池	月 9:15～ 月 10:45～
花山会館	B	長田区花山町	火 10:00～ 金 10:00～
コープ須磨集会室	B	須磨区月見山本町	土 10:00～
とんがりハウス	A	須磨区東白川台	火 9:00～
コープ横尾集会室	B	須磨区横尾	火 10:10～ 水 13:00～ 土 10:10～(月3回)
名谷南会館	A	須磨区竜が台	木 10:00～ 木 11:30～ 土 13:30～
南落合集会所	B	須磨区南落合	火 10:0

コープスポーツ募集コース一覧 2025秋冬版

4 姫路・加古川・加西市内のコース (西脇市・稲美町・播磨町・高砂市・太子町・たつの市)

追加募集からご紹介

まずは気軽に
無料体験!

会 場	区 分	住 所	開始時間
ヨーガ			1時間半
コープ姫路田寺集会所	B	姫路市田寺	金 10:30～

追加募集

会 場	区 分	住 所	開始時間	備
硬式テニス			2時間	
ノアインドア姫路テニス	A	姫路市八家	火 10:00～	
トップランTC加古川	A	加古川市平岡町一色	金 13:00～	
稲美テニス	B	稲美町国安	火 11:00～	
			木 11:00～	
			金 9:00～	

中級テニス			2時間
※ただし、指導者からのレベルチェックが必要。			
ノアインドア姫路テニス	A	姫路市八家	水 10:00～
トップランTC加古川	A	加古川市平岡町一色	水 9:10～

健康体操			1時間半
元気に体を動かして健康寿命を延ばしましょう! ※内容はソフトエアロビクスなど。			
加古川トップラン	A	加古川市尾上町旭	土 9:30～
平岡会館	B	加古川市平岡町西谷	月 13:30～
太極拳			1時間半
ゆったりとした気持ちのよい動きをいっしょに			
平野公民館	B	加古川市加古川町平野	水 10:40～
コープ高砂集会所	B	高砂市松陽	土 15:30～
コープ龍野集会所	B	たつの市龍野町島田	土 13:00～
石海公民館	B	揖保郡太子町福地	金 13:30～

やさしい気功体操			1時間半
中国の伝統的健康法。ゆったりとした運動で体と心を整えましょう。			
コープ姫路砥堀集会所	B	姫路市砥堀	火 13:30～
コープ高砂集会所	B	高砂市松陽	土 13:30～

卓 球			2時間
コープ姫路田寺集会所	B	姫路市田寺	水 13:30～(月3回) 金 13:30～ 日 10:30～
コープ姫路砥堀集会所	B	姫路市砥堀	月(第1週)10:00～(月1回) 月(第3週)10:00～(月1回) 火(第2週)10:00～(月1回) 火(第4週)10:00～(月1回)
協同購入センター姫路東集会所	B	姫路市別所町北宿	木 13:30～ 土 10:00～
灘の松原公民館	A	姫路市白浜町甲	金 13:30～
寺家町ふれあい会館	A	加古川市加古川町木村	月 9:30～
コープ神吉集会所	B	加古川市東神吉町神吉	土 13:00～ 土 15:00～
東溝之口公民館	A	加古川市加古川町溝之口	火 9:00～ 火 11:10～ 金 9:00～ 金 11:10～
			土(1・3週)9:30～(3か月5回) 土(2・4週)9:30～(3か月5回)
コープ播磨集会所	B	播磨町野添	水 13:30～ 木 10:00～ 土 13:00～
コープ稲美集会所	B	稲美町国岡	土 13:30～
コープ高砂集会所	B	高砂市松陽	月 13:30～ 日 10:30～
協同購入センター西播磨集会所	B	たつの市揖西町土師	火 13:30～
コープ龍野集会所	B	たつの市龍野町島田	土 10:00～

ヨーガ			1時間半
インド生まれの心と体の健康法をマイペースでやりましょう			
コープ姫路田寺集会所	B	姫路市田寺	金 10:30～
コープ姫路砥堀集会所	B	姫路市砥堀	金 10:00～ 土 10:00～
兵庫県立姫路労働会館	B	姫路市北条	木 10:00～
協同購入センター姫路東集会所	B	姫路市別所町北宿	金 10:00～
土井道場	A	姫路市大津区新町	月 10:00～
夢前組合員集会所	B	姫路市夢前町古知の庄	木 9:30～
神野くすのき会館	B	加古川市神野町神野	月 10:00～
サンワ住研樹楽	B	加古川市野口町野口	火 10:00～
岡田ビル	B	加古川市野口町野口	月 10:00～

ヨーガ(つづき)			1時間半
水足公民館	B	加古川市野口町水足	木 9:30～
加古川トップラン	A	加古川市尾上町旭	水 9:30～ 土 11:00～
コープ神吉集会所	B	加古川市東神吉町神吉	火 10:00～ 土 10:00～
大野公民館	B	加古川市加古川町大野	木 10:00～
平野公民館	B	加古川市加古川町平野	水 9:00～
東溝之口公民館	B	加古川市加古川町溝之口	火 10:00～
溝之口3丁目公会堂	B	加古川市加古川町溝之口	土 13:30～
平岡会館	B	加古川市平岡町西谷	月 10:00～ 水 10:00～ 金 13:15～
コープ播磨集会所	B	播磨町野添	土 10:00～
協同購入センター加古川集会所	B	稲美町六分一字百丁歩	火 10:00～
コープ稲美集会所	B	稲美町国岡	土 10:00～
西脇市コミュニティセンター	B	西脇市西脇	火 10:00～ 火 13:30～ 金 10:00～ 土 10:00～

空き状況はお気軽にお問合せください

- 体験会以外でも、定員に達していない全コースで、**無料体験**していただけます。
- 満員になったコースは、他コースをご案内したり、空きがでるまでお待ちいただく場合があります。

コープスポーツ 参加の決まり

※体験時にお渡しする「参加のお約束」から一部抜粋しました。詳しくはお問合せください。

コースごとに指導員がつき、初心者の方にも、ていねいに指導しますので、お気軽にご参加ください。

参加いただける方

- ・コープこうべの組合員、またはそのご家族。
(未加入の方は、ご加入後お申し込みください)
- ※対象年齢が限定されていないコースは高校生以上が対象です。
- ※妊娠中の方、医師より運動を制限されている方など、入会をお断りさせていただく場合があります。

参加について

- ・コープスポーツは、3か月(1～3月、4～6月、7～9月、10～12月)を1単位として運営しています(※入会時を除く)。また、コースがある限り継続できます。
- ・原則として、3か月10回の実施とします。
- ・参加種目・コース数に制限はありません。ただし、子ども向けコースはお1人1種目2コースまでとします。
- ・参加人数が定員に達しますと、空きがでるまでお待ちいただきます。
- ・定数に満たないコースは、中止になることがあります。
- ・お車での来場、また子ども向けでないコースへの、お子様づれはご遠慮ください。
- ・会場の都合により、休みになる場合があります。

参加費について

- ・参加費は3か月分を1単位として、前納で登録いただいた金融機関の口座から自動振替いたします。ただし、ご入会后、引き落としが始まるまでの参加費は、郵便局からの払込みになります。
- ※一度振り込まれた料金は、途中で脱退されても返金いたしませんので、ご注意ください。

脱退について

- (1) コープスポーツへの参加は、1期3ヶ月単位となっているため、期中での脱退はできません。
- (2) 脱退をご希望の場合は、以下の締切日(日曜日の場合は翌日)までにご本人から必ずコープスポーツ事務局へご連絡ください。
 - ・3月末での脱退・・・3月15日締め切り
 - ・6月末での脱退・・・6月15日締め切り
 - ・9月末での脱退・・・9月15日締め切り
 - ・12月末での脱退・・・12月15日締め切り
- (3) 上記の締切日までに脱退のご連絡のない限りは継続して参加されるものとして、次期の参加費の自動振替が行われます。

個人情報のお取り扱いについて

参加者からお届けいただいた個人情報は、個人情報の保護に関する法律等の法令等、およびコープこうべの個人情報保護方針に従い適正に取り扱います。

主な種目の参加費一覧表 (3か月・10回コースの場合)

※会場によって金額が変わります。お申し込み時にご確認ください。

種目	A会場 参加費(税込)	B会場 参加費(税込)
卓球	11,000円	8,800円
家庭バレーボール	—	7,700円
テニス	13,200円	11,000円
体操	12,100円	9,900円
社交ダンス	13,200円	11,000円
ヨーガ	13,200円	11,000円
太極拳	12,100円	9,900円
やさしい気功体操	12,100円	9,900円

※C会場:ITCテニス15,400円(3か月・10回、税込)となります。

キッズコース(3か月・11回コースの場合)
参加費(税込) A会場 13,310円 B会場 10,890円

お気軽に
事務局まで
お電話ください



※切り取って使ってね!



コープスポーツを気軽にためそう!
おためし<無料>体験クーポン

25秋

追加募集コースは随時、受け付けています。

- ◎まずはお電話でご予約ください。TEL.078・411・4989
- ◎体験日を指定させていただく場合があります。
- ※原則として、お一人様1コース、1回とさせていただきます。

お名前

種目/会場名



お問合せ・お申込みは コープスポーツ事務局まで

TEL.078・411・4989 (電話受付) 月～金 9:00～17:00

コープスポーツ

検索

公式サイトもご覧ください!

◎コースの検索・お申し込みが簡単にできます。



●発行/生活協同組合コープこうべ ●編集/福祉事業部 コープスポーツ
〒658-0081 神戸市東灘区田中町5丁目3-18 電話078・411・4989 2025年8月15日発行
※この広告の有効期限は、2026年1月末日までですが、予告なく内容を変更することがあります。