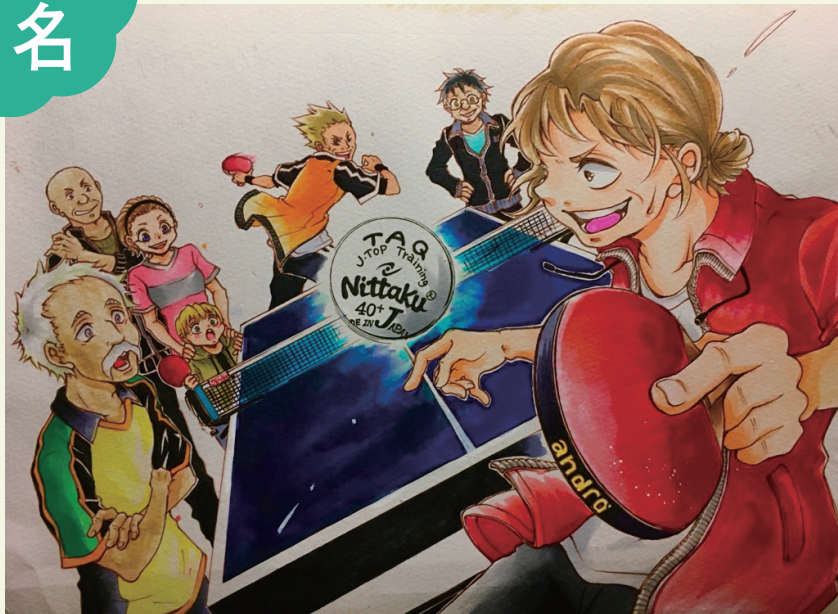


# Kunizuka TAQ 卓球交流会

定員  
6名

これから卓球を始めたい方、卓球で体を動かしたい方、  
相手がなかなか見つからない方、経験豊富なスタッフが楽  
しく分かりやすく教えます。



お一人様歓迎!

未経験者歓迎!

手ぶらOK!

※年齢制限なし

開催日：6月1日(火)・8日(火)・15日(火)  
22日(火)・29日(火) ※毎週火曜日開催

時間：13:00~15:00

料金：1人 1,200円(税込み)

当日は卓球経験豊かな kunizukaTAQ スタッフのワンポイント  
レッスンがあります。ラケット貸出、服装自由。男女更衣室あり。

【申し込み】TEL078-742-8383 または直接受付(担当:植村)まで。

## くにづかタック

〒653-0000 神戸市長田区二葉町5丁目1-1  
アスタくにづか5番館3階  
【受付時間】●10:00~21:00(日・祝日は19:00まで)  
定休日無し

ホームページ  
Website



## くにづかカルチャーラボ

カルチャースクールの人気講座をご紹介します!! 身体に良いヨガははじめませんか?



### ● バランス経絡体操

日時：第①②④水曜 10:30~12:00

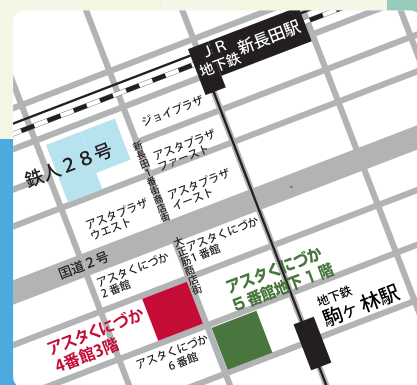
ストレッチでゆるめ、体幹トレーニングでゆるやかに鍛えます。  
漢方のケアも取り入れ、すこやかに毎日を過ごすためのボディ  
ケア。



### ● ゆる~い体幹ストレッチ

日時：第②④月曜 11:00~12:00

固くなった筋肉や眠っている筋肉、減ってしまった筋肉をスト  
レッチで刺激し、運動で目覚めさせて増やすことで身体が整い  
動ける身体になっていきます。



※最新情報はホームページをご確認ください。

## くにづかカルチャーラボ

〒653-0041 神戸市長田区久保町6丁目1-1  
アスタくにづか4番館3階

☎078-646-6000

【受付時間】●月~金 9:30~20:00 ●土 9:30~17:00

ホームページ  
Website





シンカする街くにづか

PON卓くにづか **ジュニアスクール**

# 卓球体験会

**参加無料**

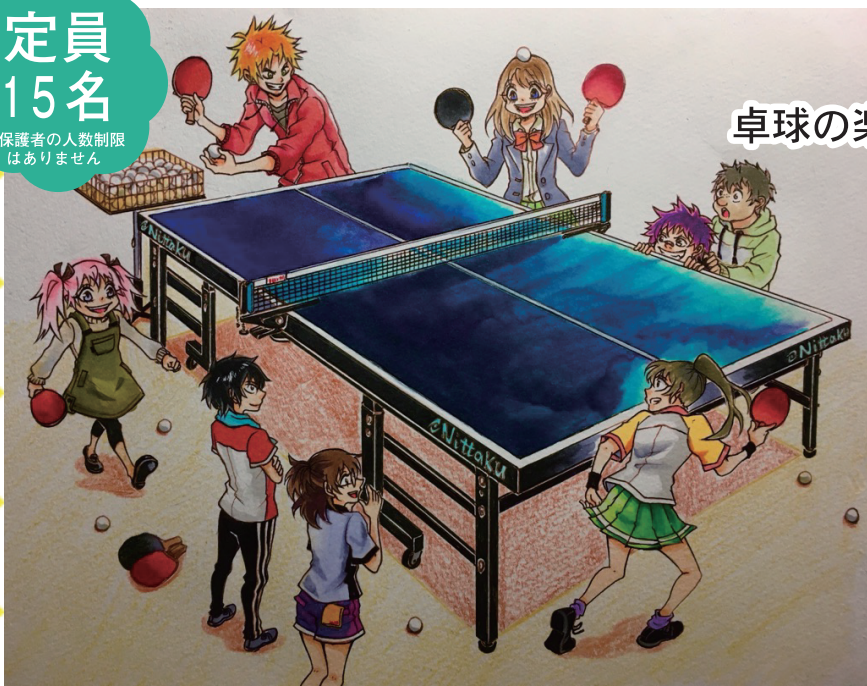
**対象：小・中学生**

ラケット・シューズ(上履き) 不要！！  
未経験者 / 楽しみたい方 大歓迎

開催日時 2021年 **6月19日(土)** 10:00~12:00

**定員  
15名**

※保護者の人数制限はありません



Kunizuka **T&Q** で

卓球の楽しさを体験してみませんか？

新長田に誕生した卓球ジュニアチーム「PON卓くにづか」のコーチによる卓球無料体験会を開催します。未経験者大歓迎！！卓球の楽しさ、奥深さを体験してください。

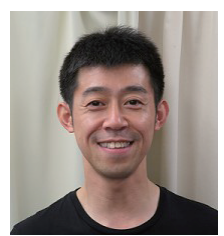
当日はピン球的当てゲームなど楽しい企画も用意しています。

**【申し込み】TEL078-742-8383  
または直接受付(担当：植村)まで。**

## 参加特典

- ・駄菓子詰め合わせ
- ・洋食喫茶「ポンシェル」  
コーヒーチケット1枚
- ・PON卓くにづか **ジュニアスクール**  
**初回体験無料**

PON卓くにづか (くにづかタック会場) 責任者 **植村哲也(施設長)**



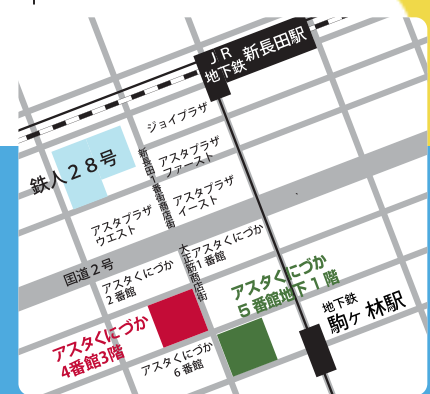
植村哲也

経歴・戦歴  
 大阪桐蔭高校・近畿大学出身  
 右・シェーク攻撃型  
 ・近畿高等学校卓球選手権大会準優勝(シングルス・ダブルス・団体)  
 ・全国高等学校卓球選手権大会3位(団体・シングルスベスト32)  
 ・関西学生卓球選手権大会3位(S・W)  
 ・全日本社会人卓球選手権大会Sベスト  
 ・全国クラブ卓球選手権大会準優勝(2部)  
 ・H30 全日本選手権マスターズ兵庫県予選40代の部シングルス優勝他

## くにづかタック

〒653-0000 神戸市長田区二葉町5丁目1-1  
**アスタくにづか5番館3階**  
 【受付時間】●10:00~21:00(日・祝日は19:00まで)  
 定休日無し

ホームページ  
Website



※最新情報はホームページをご確認ください。

## くにづかカルチャーラボ



子どもに人気の2講座をご紹介します!! (大人向けもあります)

**こども対象**



### ● こどもクラシックバレエ (水曜)

日時：(初等科) 毎週水曜 17:00~18:00  
 (児童・トウ科) 毎週土曜 18:10~19:10

楽しみながらリズム感や音楽性を養い、バレエの基礎をしっかり学べます。



### ● CRECER フェンシングクラブ (土曜)

日時：土曜 9:30~12:30

神戸を中心に活動中のフェンシングクラブです。小学生から成人の方まで、幅広い年代の方が楽しむことができます。

**くにづかカルチャーラボ**  
 〒653-0041 神戸市長田区久保町6丁目1-1  
**アスタくにづか4番館3階**

**☎078-646-6000**  
 【受付時間】●月~金 9:30~20:00 ●土 9:30~17:00

ホームページ  
Website

