



野球場

兵庫
ブレイバース

要予約



雨天時は裏面参照

と楽しく野球体験！

★全プログラム
参加費無料！
(ワークショップは有料)★参加者には
お楽しみ抽選会も！公園外周 ノルディック
ウォーキング体験

要予約

雨天中止

*空気があれば当日参加可



コママフェス!

駒ヶ谷運動公園で多彩なスポーツを体験しよう! 初心者大歓迎!



体育館

神戸スートクス
バスケットボール体験

要予約



体力測定会

当日受付
どなたでも

全身反応測定、反復横跳び、
20mシャトルランなど年齢に
合わせて。参加者には→
マシンジムの初回練習券
プレゼント!

Dance Dance Dance フラダンスショー

出演: ヴェヒノカウカ

ロゴスダンスショー

ロゴスダンススクールによる
ヒップホップダンスショー

ヨガ体験

当日受付
どなたでも

指導: 東インストラクター
正しい呼吸法をベースに心身
ともにリラックス。柔軟性や
体幹UPも!



ZUMBA® ダンス体験

当日受付・どなたでも

指導: 城谷、足立インストラクター
最後は皆でマイムマイム!!

多目的広場

ヴィッセル神戸 親子サッカークリニック

要予約

雨天時は体育館で実施

モルック体験会



当日受付

雨天中止

かけっこ教室



要予約

雨天中止



テニスコート

雨天中止

テニス体験会

要予約



フリーテニス

当日受付



講座室

スポーツウエルネス 吹矢体験

当日受付



2024 年 **10 月 20 日** (日)

時間 / 9:30 ~ 16:30

会場 / 親和学園 駒ヶ谷運動公園

(体育館・多目的グラウンド・テニスコート・野球場 など)

キッチンカー、物販、
ワークショップブース
も出店します! (有料)

コマフェス! タイムスケジュール

参加費
無料

09:30
10:00
11:00
12:00
13:00
14:00
15:00
16:00
16:30

野球場

要予約 1
野球体験
＜神戸レイバーズ＞
① 10:00 - 12:00
② 13:00 - 15:00



テニスコート

要予約 2
テニス体験
＜三田ライトニング
グテニスクラブ＞
① 09:45 - 10:15
② 11:45 - 12:15

当日受付 3
フリーテニス
09:30 - 15:00



多目的広場（人工芝グラウンド）

要予約 4
親子サッカークリニック
＜ヴィッセル神戸＞
① 10:00 - 10:50
② 11:10 - 12:00

当日受付 雨天中止
モルック体験会
10:00 - 12:00
どなたでも

要予約 5
かけっこ教室
＜アスロンジュニア・スポーツクラブ＞
① 13:00 - 13:50
② 14:00 - 14:50



1名から参加OK!
モルック未経験、
初心者向け体験。
ルール、ゲームの
進行を教えます。
ルールを理解して
いる方には、試合
形式で楽しんでい
ただけるコートも
ご用意!

体育館

おはようストレッチ
09:30 - 10:00

ヨガ体験
10:00 - 10:45

フラダンスショー
11:00 - 11:45



ロゴスダンスショー
13:00 - 13:45



ZUMBA®ダンス体験
15:00 - 16:00

当日受付 どなたでも

体力測定会
10:00 - 13:00
*サブアリーナ

要予約 6
バスケットボール体験
＜神戸ストークス＞

① 13:00 - 14:00
② 14:00 - 15:00

お楽しみ抽選会
16:00 - 16:30

要予約 公園外周（集合場所：体育館前） **雨天中止** *空気があれば当日参加可

ノルディックウォーキング体験
① 11:00 - 12:00 ② 13:00 - 14:00
ノルディック・ウォーキングの説明、準備体操、歩き方の説明の後、実技に入ります。

どなたでも *小学生以下は保護者同伴



当日受付 講座室 **どなたでも**

スポーツウェルネス吹矢体験
① 10:00 - 12:00 ② 13:00 - 15:00
吹矢用具、マウスピースを準備してサポート

1	兵庫レイバーズ 野球体験	要予約	① 10:00 - 12:00 (雨天中止) ② 13:00 - 15:00 (雨天時はサブアリーナで実施)
2	三田ライトニングテニスクラブ テニス体験	要予約	① 09:45 - 10:15 小1~小3 (雨天中止) ② 11:45 - 12:15 小4~小6 (雨天中止)
3	フリーテニス	当日受付	09:30 - 15:00 (雨天中止)
4	ヴィッセル神戸 親子サッカークリニック	要予約	① 10:00 - 10:50 年中・年長とその保護者 ② 11:10 - 12:00 小1・小2とその保護者
5	アスロンジュニア・スポーツクラブ かけっこ教室	要予約	① 13:00 - 13:50 年長~小3 (雨天中止) ② 14:00 - 14:50 小1~小6 (雨天中止)
6	神戸ストークス バスケットボール体験	要予約	① 13:00 - 14:00 小1~小3 ② 14:00 - 15:00 小4~小6

①②とも 対象：小学生 *ストラックアウト・ベースランニング・ティーバッティング	野球場
①②とも 定員：5名 *三田ライトニングテニスクラブ・コーチによるテニス体験	テニスコート
対象：4歳~中学生(保護者同伴でもOK) *初心者・初体験歓迎! *コートに「Play&Stay キット」を常設、年齢に合ったラケットを選び、1団体(4名まで)15分間楽しくプレイ!	テニスコート
①②とも 定員：親子30組60名 *雨天時はメインアリーナで実施 *ヴィッセル神戸コーチによるサッカー体験	多目的広場
①②とも 定員：20名 *アスロンジュニア・スポーツクラブ講師による教室	多目的広場
①②とも 定員：30名 *コーチによる楽しいメニューで「できた」を実感	体育館

要予約イベント 申込方法

下記 URL またはQRコードにある申込用紙をダウンロード
して必要事項をご記入頂きメールにて送付をお願いします。

<https://sanda-parks.jp/komagatani/>
申し込み順に受付、定員に達し次第受付終了となります。

★申込用紙は9月27日(金)9:00に公開になります。



送付先メールアドレス komagatani@shinkibus.co.jp



★お問合せ：親和学園 駒ヶ谷運動公園 ☎079-565-7288 (平日10:00~16:00) 三田市ゆりのき台1丁目44番



主 催：三田市都市公園 指定管理者 P&S 三田コンソーシアム
代表企業：神姫バス株式会社
後 援：三田市



駐車台数には限りがあります。
ご来園の皆様には公共交通機関をご利用く
ださいようご協力をお願い致します。