

レッツ GRESPO!

豊中市立グリーンスポーツセンター



GRESPOPIA2023 のイベント記録画像



豊中市 豊中市屋外体育施設 指定管理者
奥アンソーカ株式会社

〈問合せ〉

○都市活力部スポーツ振興課

電話：06-6858-2751

E-mail：suposhisetsu@city.toyonaka.osaka.jp

○グリーンスポーツセンター みつほの花

電話：06-6398-7391

〈アクセス〉

豊中市立グリーンスポーツセンター（豊中市大島町3-9-2-1）

○阪急神戸線「神崎川」駅から北西へ約1,000メートル 徒歩約13分

●駐車場及び駐輪場は施設南側にございます。

※台数に限りがあります。できるだけ公共交通機関でお越しください。

グリスポピア
と、
ともに、
とよなか

TOYONAKA

◆年間イベントスケジュール

※内容など変更になる場合があります。

2024~2025

多彩なシーズンプログラムへ、みんなで“レッツ グリスポ！”

5月 お母さんありがとう！似顔絵展示

6月 お父さんありがとう！似顔絵展示

スポーツチャレンジ / 筋活・シェイプアップヨガ・ルーシーダットン

7月 セタ！☆星に願いを☆

みつぼのサイエンスラボ

「カカオ豆からのチョコレート作り」



健康科学の視点からカカオの栄養素や効果等を知り、インドネシア産カカオ豆からのチョコレート作りを実体験。

クール自習室 ※7/22~8/23

8月 巨大シャボン玉の造形ワークショップ

9月 敬老の日似顔絵展

10月 スポーツチャレンジ / 筋活・シェイプアップヨガ・ルーシーダットン

第4回グリスポピア・ジュニアテニストーナメント

10月 **グリスポ超MAX2024**

グリスポを満喫する毎年恒例の秋イベントを今年も“超”開催。カラダとココロが超ゴキゲンになる！スペシャルなプログラムが満載です。



11月 グリスポピア・スペシャライズ 2024 **NEW**

スゴ技をもつスポーツプレイヤーによる特別体験教室。

**GRESPOPIA
-SPECIALIZE-**

織り織り LIVE・クラフトワークショップ

NATS4市企画 わが町クリーン大作戦

12月 グリスポ de クリスマス

1月 昔遊びと凧揚げ大会！

2月 バレンタインイベント

3月 レディースダブルス・テニス練習会

みんなで来てね



教室のご案内



2つの教室を新規にスタート！グリスポで始めてみよう！新たなこと。お申し込みは、みつぼの花まで。TEL 06-6398-7391



チェアエクササイズ

毎週月曜日
10時~11時
全6回2ヵ月で3,600円



セルフヨガ

毎週火曜日
10時~11時
全6回2ヵ月で3,600円



タイ式ヨガ

毎週火曜日
11時15分~12時15分
全6回2ヵ月で3,600円



やさしいフラダンス

毎週水曜日
10時~11時
全6回2ヵ月で3,600円



太極拳

毎週金曜日
10時~11時30分
全6回2ヵ月で3,600円



サーキットトレーニング ~毎週木、土曜日 14時~17時 どなたでも無料でご利用頂けます。

開催曜日追加

サーキットトレーニングは、筋力運動 × 有酸素運動 × 自重運動を含む、様々なバリエーションを取り入れたエクササイズです！
はじめての方も安心してご参加いただけるよう、スタッフがわかりやすくマシンの取り扱い方指導いたしますので、お気軽にお声掛けください。



テニススクール ~初心者から上級者迄、各自のレベルに合わせて学べます。

レディースダブルスクラス ●

毎週金曜日。
2クラス/ 9時30分~11時

一般中級クラス ●

毎週金曜日。
11時30分~13時、13時30分~15時

ジュニアクラス ※小学5、6年生、中学生 ○

毎週土曜日
13時~14時30分、14時30分~16時

● 1回1,800円 × 開講回数 ○ ジュニアクラス1回1,500円。 ※いずれのクラスも2ヵ月毎の月謝制。



「ASOVIP CLUB」

2024年度 START

アソビ × VIP (Very Important Place) = “遊びにおける大事な場所”をテーマに、自分たちで遊び場所を創り出す事をめざす、グリスポでの地域のクラブ活動が始まります。



豊中市
アーバンスポーツ推進事業助成金



©Expo 2025

豊中市屋外体育施設 指定管理者
奥アンソーカ株式会社

