



2024 年度

NAGANO 健康スポーツ教室

教室要項

目次

●NAGANO 健康スポーツ教室概要	1
●教室のご参加にあたって	2
●コース紹介	3
●令和6年度 NAGANO 健康スポーツ教室 教室一覧	4～5
●運営団体紹介	6～8
●運営団体連絡先一覧	9

健康づくり・仲間づくり・生きがいづくりのために、

仲間と一緒にスポーツを始めましょう！

NAGANO 健康スポーツ教室概要

1 主旨

この NAGANO 健康スポーツ教室は、スポーツや運動による健康増進の意識づくり及びスポーツを通じた仲間づくりを目的として、参加者のニーズや地域の特性（人・風土・施設等）を踏まえ、多様性のあるスポーツ教室を目指します。

2 主催（運営団体）

●総合型地域スポーツクラブ

NPO 法人長野スポーツコミュニティクラブ東北、一般社団法人ながの北部スポーツクラブ、塩崎スポーツクラブ、E-NAGANO スポーツクラブ、ゆたかのスポーツクラブ

●指定管理者

(株)フクシ・エンタープライズ、シンコースポーツ(株)

●長野市

3 対象者

市内在住・在勤の方（教室ごとに参加条件が異なります）

4 会場・回数等

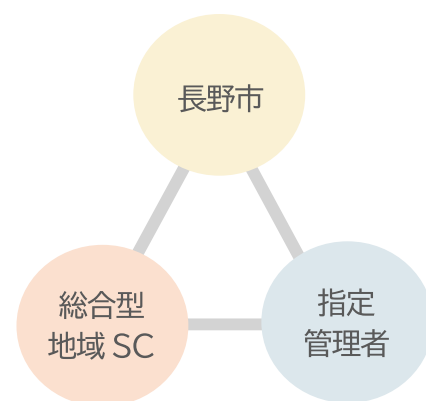
教室一覧表（4 ページ）からご確認ください。

5 参加方法

教室へご参加いただくには、事前にお申し込み手続きが必要です。教室のお申し込みは、2024 年 3 月上旬から受付が開始されます。各教室によって受付日程が異なりますのでご注意ください。
※4 月から教室が開催されますが、教室の途中参加も可能です。途中参加を希望される方は、スポーツ課または各運営団体へご連絡ください。

6 教室の管理・運営

スポーツ課及び総合型地域スポーツクラブ、指定管理者が連携して、教室の管理・運営を行っています。教室についてご不明な点、ご意見、ご要望がございましたら、各教室の運営団体までお問い合わせください。運営団体の連絡先については、9 ページをご覧ください。



教室のご参加にあたって

1 お申し込み・キャンセルについて

お申し込みは、指定された日時に各会場で行います。参加料は、各会場の受付の際にお支払いください。受付日時または期間以降でも、定員に達していない会場についてはお申し込みいただけます。教室をキャンセルされたい場合には、各運営団体まで早急にご連絡ください。場合によってはご返金できない場合がありますのでご了承ください。

2 コースについて

ご自身に合ったコースをお選びいただけます。なお、申し込みの状況によっては、コースの統合やコース数を増やす場合があります。教室開始後にコースを変更したい場合は、各運営団体までご相談ください。

3 教室日程について

教室の詳しい日程は、受付または教室開始日にお配りする別表にてご確認ください。

※都合により日程が変更になる場合があります。

※熱中症警戒アラートなどの発表状況により、教室を延期または中止とする場合があります。

4 欠席について

都合により欠席する場合のご連絡は不要です。

5 保険について（詳細は5ページ参照）

本教室は市が加入している「全国市長会市民総合賠償補償保険」が適用されます。教室参加中のケガによる通院などが補償の対象になります。

※教室への往復中は補償の対象外です。

※シンコースポーツ(株)が運営する教室は、別の保険が適用されます。

6 服装・持ち物について

運動しやすい服装と室内用シューズを着用し、筆記用具と飲み物をお持ちください。運動中は汗をかきますので、お茶や水よりもスポーツドリンクをおすすめします。座ってストレッチを行う場合がありますので、必要な方は床に敷くマットやタオル等をご用意ください。

7 駐車場について

駐車場の台数に限りがある施設については、なるべく徒歩・自転車・公共交通機関を利用し、お車の場合には乗り合わせの上ご参加ください。

8 その他

- (1) 教室とは関係のない寄付または勧誘行為は、固く禁止します。
- (2) 指導員および参加者の皆様の個人情報には教室以外の目的では使用いたしません。
- (3) 参加中の映像・写真・記事・記録等のテレビ・新聞・雑誌・インターネット等への掲載、放映権は主催者に属するものとします。

コース紹介

令和6年度は、全18コース開講します。会場やコースにより、内容が異なります。
自分のペースで色々な教室にチャレンジしてみましょう！

●若返り体操・多種目スポーツ/若返り体操・ソフトバレーボール

けがの予防と体力増進のため、最初にストレッチや簡単な筋力トレーニングを行った後、ソフトバレーボールや卓球などのさまざまなスポーツを体験します。
ソフトバレーボールコースは、ソフトバレーボールをメインに行います。

●シルバー体操

ストレッチ、有酸素運動、筋力トレーニングなど、総合的な健康の維持・増進を図るコースです。

●立って行うリズムフィットネス

音楽に合わせて楽しく筋力アップしましょう！めざせ元気な100歳！

●男性が楽しめる4コース（筋トレ&多種目スポーツ/体幹UP/柳さんの男若返りサークル/メンズヨガ）

男性が対象の教室です。今年度はコースも増え、ご自身に合った教室選びができます。

●チャレンジ！ニュースポーツ

最近注目のニュースポーツ“モルック”“アジャタ”“スポレック”などを楽しみましょう！

●ストレッチ&健康体操/ストレッチ&筋力トレーニング

体をケアするストレッチや体操、体幹トレーニングで身体を整え、日常生活におけるけが予防や体力の向上を目指します。初心者でも自分のペースで参加でき、リラックスしながら取り組むことができます。強度を上げたい方は「筋力トレーニングコース」をお勧めします。

●ストレッチポール®を使った体幹トレーニング/ナイト・コンディショニング/ イスに座って筋トレ・体幹トレーニング/ステップ運動・イス体操&ストレッチ

ストレッチポールなどの道具を使いながら、凝り固まった筋肉を調整し、体の可動域を上げ筋力も鍛えます。体力に自信のない方はイスを使った体幹トレーニングがお勧めです。

●身体のセルフメンテナンス・ストレッチ

腰膝など点検・ケアすることで健康な身体の状態を維持し、安全な日常生活を過ごすために、誰でも簡単にできる体操をゆっくり・丁寧に教えます。

●骨盤コンディショニング/修正ヨガ

身体の不調からくる姿勢の歪みなどを整えます。（セルフコンディショニング）

【効果】筋肉（姿勢）のアンバランスが整うことで身体の不調（痛みなど）の緩和が期待できます。

令和6年度NAGANO健康スポーツ教室 教室一覧

曜日	会場	コース	担当	指導員	時間	開講日	回数	参加料
月	更北体育館	若返り体操・ソフトバレーボール	E-NAGANO スポーツクラブ	安部 想史	13:20～14:50	4月1日	38	15,500円
	信州新町体育館	若返り体操・多種目スポーツ		山本 晴美	9:10～10:25		38	13,000円
		ストレッチ&健康体操		池田 咲季	10:40～11:40		38	15,000円
	更北体育館	立って行うリズムフィットネス	NPO法人 スポコミ東北	宮澤 君衣	10:40～11:55		20	6,600円
	長野Uスタジアム	イスに座って筋トレ・体幹トレーニング	E-NAGANO スポーツクラブ	北原 恵実	17:30～18:30		38	15,500円

曜日	会場	コース	担当	指導員	時間	開講日	回数	参加料
火	ホワイトリング	男性が楽しめる 【メンズヨガ】	(株)フクシ・エンター プライズ	石田 幸子	19:00～20:00	4月2日	30	1回500円
	長野運動公園 総合体育館	男性が楽しめる 【筋トレ&多種目スポーツ】	スポーツ課	安部 想史	9:30～10:45	4月9日	30	13,300円
	北部スポーツ・ レクリエーションパーク	若返り体操・多種目スポーツ	(株)フクシ・エンター プライズ	長田 侑大	10:15～11:30		30	1回500円
	篠ノ井体育館	若返り体操・多種目スポーツ(前半)	塩崎スポーツ クラブ	脇坂 れい子	9:20～10:35	4月16日	30	9,000円
		若返り体操・多種目スポーツ(前半・冬期プラス)			9:20～10:35		40	12,000円
		若返り体操・多種目スポーツ(後半)			10:40～11:55		30	9,000円
		若返り体操・多種目スポーツ(後半・冬期プラス)			10:40～11:55		40	12,000円
	勤労者 女性会館しなのき	ステップ運動・イス体操&ストレッチ	E-NAGANO スポーツクラブ	西澤 真由美	9:40～10:40		38	15,500円
		ストレッチ&筋カトレーニング			10:55～11:55		38	15,500円
	北部保健センター	ストレッチポール®を使った 体幹トレーニング	ながの北部 スポーツクラブ	西澤 真由美	13:15～14:15		20	8,000円
14:30～15:30					20		8,000円	

曜日	会場	コース	担当	指導員	時間	開講日	回数	参加料		
水	川中島体育館	若返り体操・多種目スポーツ	E-NAGANO スポーツクラブ	北澤 幸子	9:10～10:25	4月3日	38	13,000円		
	長野運動公園 総合体育館	若返り体操・多種目スポーツ	シンコースポーツ(株)	安部 想史	9:10～10:25		40	各1回350円		
		ストレッチ&健康体操			10:35～11:50		40			
	古里体育館	男性が楽しめる 【体幹UP】	スポーツ課	美谷島 寛子	9:20～10:20	30	10,500円			
	ホワイトリング	ストレッチ&筋カトレーニング	(株)フクシ・エンター プライズ	小谷 尚輝	9:30～10:30	30	1回500円			
	芹田体育館	ストレッチ&健康体操	ながの北部 スポーツクラブ	桃林 みち子	9:30～10:30	4月10日	25	10,000円		
		若返り体操・多種目スポーツ			10:40～11:55		25	9,000円		
	柳原体育館	若返り体操・多種目スポーツ	NPO法人 スポコミ東北	関 順子	10:40～11:55		40	13,200円		
	浅川体育館	若返り体操・ソフトバレーボール	(株)フクシ・エンター プライズ	長田 侑大	13:30～14:45		30	10,000円		
	安茂里体育館	若返り体操・多種目スポーツ	塩崎スポーツ クラブ	脇坂 れい子	9:10～10:25		4月17日	30	9,000円	
		若返り体操・多種目スポーツ (冬期プラス)						40	12,000円	
	川合新田体育館	若返り体操・多種目スポーツ			深谷 さよ子			9:10～10:25	30	9,000円
		若返り体操・多種目スポーツ (冬期プラス)							40	12,000円
浅川公民館	ストレッチポール®を使った 体幹トレーニング	ながの北部 スポーツクラブ	西澤 真由美	10:30～11:30	20			8,000円		
豊野体育館	若返り体操・ソフトバレーボール	ゆたかの スポーツクラブ	若月 幸代	10:40～11:55	30			12,000円		

令和6年度NAGANO健康スポーツ教室 教室一覧

曜日	会場	コース	担当	指導者	時間	開講日	回数	参加料	
木	小松原体育館	身体のセルフメンテナンス・ストレッチ	E-NAGANO スポーツクラブ	北澤 幸子	9:20～10:20	4月4日	38	13,000円	
	古里体育館	若返り体操・多項目スポーツ	NPO法人 スポコミ東北	桃林 みち子	10:40～11:55		30	9,900円	
	古牧体育館	若返り体操・多項目スポーツ	E-NAGANO スポーツクラブ	美谷島 寛子	9:30～10:45	4月11日	38	13,000円	
		ストレッチ&筋カトレニング			10:55～11:55		38	13,000円	
	昭和の森公園 フィットネス センター(体育館)	若返り体操・ソフトバレーボール	(株)フクシ・エンター プライズ	中村 千佳	10:00～11:15		30	11,000円	
	昭和の森公園 フィットネス センター(会議室)	骨盤コンディショニング		塩原 照子	10:00～11:30		30	1回500円	
	塩崎体育館	男性が楽しめる 【筋トレ&多項目スポーツ】	スポーツ課	安部 想史	10:40～11:55		30	10,500円	
	中条体育館	シルバー体操	(株)フクシ・エンター プライズ	小谷 尚輝	10:45～11:45		30	10,000円	
	長野Uスタジアム	男性が楽しめる 【体幹UP】	スポーツ課	美谷島 寛子	13:30～14:30		30	13,400円	
	南長野運動公園体育館	若返り体操・ソフトバレーボール	シンコースポーツ(株)	西澤 真由美	9:20～10:35		4月18日	40	各1回350円
		多項目スポーツ・ストレッチ&健康体操			10:45～12:00			40	
	裾花体育館	若返り体操・多項目スポーツ	塩崎スポーツ クラブ	関 順子	9:10～10:25			30	9,000円
若返り体操・多項目スポーツ(冬期プラス)		40						12,000円	
ホワイトリング	ナイト・コンディショニング	(株)フクシ・エンター プライズ	西澤 真由美	19:00～20:00	30			1回500円	

曜日	会場	コース	担当	指導者	時間	開講日	回数	参加料		
金	北部勤労 青少年ホーム	ストレッチ&筋カトレニング①	ながの北部 スポーツクラブ	脇坂 れい子	9:00～10:00	4月5日	20	9,500円		
		ストレッチ&筋カトレニング②			10:00～11:00		20	9,500円		
		若返り体操・ソフトバレーボール			11:00～12:15		20	8,500円		
	川中島体育館	若返り体操・多項目スポーツ	E-NAGANO スポーツクラブ	北澤 幸子	9:10～10:25		38	13,000円		
	長沼体育館	男性のための体づくり講座 ～柳さんの、男若返りサークル～	NPO法人 スポコミ東北	柳見沢 宏	10:40～11:55		40	13,200円		
	三輪体育館	チャレンジ！ニュースポーツ ～モルック・アジャタ・スポレックなど～	ながの北部 スポーツクラブ	中村 千佳	9:30～10:30		4月12日	25	10,000円	
		若返り体操・ソフトバレーボール			10:40～11:55			25	9,000円	
	松代体育館	若返り体操・ソフトバレーボール	(株)フクシ・エンター プライズ	深谷 さよ子	9:10～10:25			30	10,000円	
		若返り体操・ソフトバレーボール			13:30～14:45			30	10,000円	
	ホワイトリング	修正ヨガ		塩原 照子	10:00～11:30			30	1回500円	
	若穂公民館	ストレッチボール®を使った体幹トレーニング	E-NAGANO スポーツクラブ	西澤 真由美	9:20～10:20			4月19日	38	13,000円
	若穂体育館	若返り体操・多項目スポーツ			10:45～12:00				38	13,000円

保険について

教室参加中は、「全国市長会市民総合賠償補償保険」が適用されます。教室の参加に伴い、自動的に保険に加入されますので、申込みの手続きは不要です。教室参加中の急なケガによる通院などが補償の対象となり、教室への往復中は補償の対象外です。ケガ等が発生した場合は、長野市スポーツ課が保険適用の手続きを進めますので、下記連絡先までお早めにご連絡いただきますようお願いいたします。(※シンコースポーツ(株)が担当する教室は別の保険が適用されますので、シンコースポーツ(株)へのご連絡をお願いいたします。)

■保険金額 参考

入院補償保険金額		通院補償保険金額	
入院日数	保険金額	通院日数	保険金額
1日～5日	10,000円	1日～5日	5,000円
6日～15日	30,000円	6日～15日	10,000円
16日～30日	60,000円	16日～30日	30,000円
31日～60日	90,000円	31日～60日	45,000円
61日～90日	120,000円	61日以上	60,000円
91日以上	150,000円		

■連絡先

長野市スポーツ課 TEL: 026-224-7804

※保険の内容について、更に詳しく知りたい方は、
長野市スポーツ課までご連絡ください。

運営団体紹介

～『NAGANO健康スポーツ教室』は長野市・総合型地域スポーツクラブ・指定管理者が連携して開催しています～
教室の詳細は、各会場の管理・運営担当までお問い合わせください。

総合型地域スポーツクラブ

長野市では総合型地域スポーツクラブとの積極的な連携を図り、
スポーツ振興のための様々な取組を行っています。



塩崎スポーツクラブ ☎090-1884-6639

長野市篠ノ井塩崎3333(塩崎小学校内) ホームページ: <http://www.shiospo12.jp/>

しおスポは今年12年目 ～ 健康・三世代・コラボレーション ～

きっと見つかる、あなたにぴったりの教室！元気な仲間、大募集中！

【担当会場】 篠ノ井体育館、安茂里体育館、裾花体育館、川合新田体育館

【教室(活動)内容】

定期教室・・・卓球、バドミントン、ソフトバレーボール

サークル・・・フットサル(ジュニア、一般)、スポーツウェルネス吹矢(夜間コース、昼間コース)

ストレッチ&筋カトレーニング、ヨガ、ヒップホップダンス(SHIOZAKI Shine's)、太極拳、
子どもチャレンジクラブ

※2023年度の実績。2024年度は変わる可能性がございますので、
詳細は2024年3月頃のホームページ掲載の入会パンフレットをご確認ください。

連携事業・・・長野市スポーツ課、関係団体様と連携して各種事業を行っています！

主なイベント・・・スポーツフェスティバル



E-NAGANOスポーツクラブ ☎285-9120

(〒381-2204 長野市真島町真島1515-4 E-mail: e-nagano@hb.tp1.jp)

誰もが (Everybooy or Everyone) 毎日 (Every day)

笑顔で運動 (Exercise) を楽しむ (Enjoy)

「E-NAGANOスポーツクラブ」では、4歳児から80歳代のみなさんが市内の体育館などで身体を動かし、スポーツを楽しんでいます。

【担当会場】 更北体育館、信州新町体育館、女性会館しなのき、川中島体育館、古牧体育館、
若穂体育館、若穂公民館、小松原体育館、長野Uスタジアム

【教室(活動)内容】

健康スポーツ教室・・・ストレッチ体操や筋カトレーニングなどで健康的な身体づくりを目指します。

(NAGANO健康スポーツ教室会場及び丹波島子ども園TAS.HALL)

ランニング教室・・・小学生～中学生と一般、バランスのとれた身体づくりと「走る・跳ぶ・投げる」の基本的な運動能力をたかめ走力を身につけます。

(長野運動公園補助競技場と南長野運動公園Uスタジアム屋内練習場他)

キッズダンス教室・・・5歳児～中学生、ダンスを通してリズム感・基礎体力・柔軟性等を身につけます。

(丹波島子ども園TAS.HALL)

キッズダンススクール・・・丹波島子ども園及びころぼっくる子ども園の4歳児・5歳児の希望者



<http://e-nagano-sc.com>



NPO法人長野スポーツコミュニティクラブ東北 ☎296-9918

(長野市大町9 4 5 電話：平日10:00～18:00 ホームページ：http://www.ngn.janis.or.jp/~supocomi/)

スポーツで地域をつなげたい ～みんななかま～

東北中学校区（古里・柳原・長沼など）のスポーツ仲間が集まって「スポーツで地域をつなげる」と声を掛け合い、平成12年の7月に創設しました。みんなでスポーツに関わりながら楽しく活動を続けていきたいと思っています。健康スポーツ教室で、あなたも一歩踏み出して若返りしましょう。

【担当会場】 古里体育館、柳原体育館、長沼体育館、更北体育館

【教室（活動）内容】

- ★サークル・・・バスケット、バドミントン、バウンドテニス、ウォーキング他
- ★スポコミ東北クラブ・・・中学生を中心とした各種競技スポーツ活動
- ★キッズアドベンチャーワールド・・・小学生を対象にした遊びの場（放課後活動）



一般社団法人 ながの北部スポーツクラブ ☎090-4829-8903

(電話：土日祝日10:00～18:00 ホームページ：http://www.nh-sc.net/)

クラブスローガン 『スポーツでつながろう！』

箱清水・上松・浅川・檀田地区のスポーツ好きが集まった手づくりの小さなクラブです。

さあ一緒に体を動かしてみませんか？

【担当会場】 北部保健センター、芹田体育館、浅川公民館
北部勤労青少年ホーム、三輪体育館

教室やサークルのことなど、
お気軽にお問合せ下さい

【教室（活動）内容】

- ★硬式テニス教室（親子クラス・一般クラス）：土曜日の午後（長野市宮緑ヶ丘テニスコートにて）
- ★コア・コンディショニング教室：火曜日・水曜日・金曜日昼&夜（芹田公民館・中部公民館・城山公民館・檀田地区センター）

【サークル活動】

★箱清水スポーツ吹き矢同好会

★モルック・アジャタ・ポッチャ・スポレック・ノルディックウォーキングなど

★ALL ONE'S テニスクラブ（長野市テニス協会加盟）

【体験イベント】



ゆたかのスポーツクラブ

〒389-1105 長野市豊野町豊野624 豊野体育館内 クラブハウス

ゆっくり たのしく かたを組んで のびのび と !!

担当会場 豊野体育館



- イベント：・スポーツフェスティバル（ドッジボール、ソフトバレー、バスケットボールほか）
- サークル：・えんでるクラブ（ウォーキング、登山ほか）・バスケットボールクラブ（小中一般）
・ソフトハイキュークラブ（ソフトバレーボール）・豊野中学校運動部
・ナイターソフトボール協会 ・キッズバスケットボール（幼児）
- 連携事業：・長野市スポーツ課 北部総合型クラブ連合 フクシエンタープライズ
・地域いきいきスポーツDay
・NAGANOスポーツフェスティバル

【問い合わせ】

H P： ゆたかのスポーツクラブで検索してください
mail： yutakanosc@yahoo.co.jp





指定管理者

- ・スポーツ施設などの公共施設を長野市に代わって管理しています。
- ・民間のノウハウや人材を活用して、より利用しやすく効率のよい施設管理を目指しています。

株式会社 フクシ・エンタープライズ

- 【担当会場】 北部スポーツ・レクリエーションパーク
ホワイトリング、昭和の森フィットネスセンター
浅川体育館、中条体育館、松代体育館
- 【教室内容】 ソフトバレーボール、シルバー体操等



★ホワイトリング ☎283-7977

(真島町真島2268-1 ホームページ: <http://www.whitering.jp>)
… アリーナ: シルバー体操(2コース)、健康ウォーキングなど
スタジオ: ZUMBA、姿勢改善ヨガ、ナイトヨガ、美魔女ボディメイクなど



★茶臼山スポーツ施設 篠ノ井体育館 ☎292-5443

(篠ノ井岡田2060-2 ホームページ: <https://www.chausu.jp>)
… シルバー体操(3コース)、シェイプアップ、ラリーテニス、サッカースクール など



★昭和の森公園フィットネスセンター ☎295-3055

(上野2丁目120-13 ホームページ: <https://showanomori-nagano.jp/>)
※体操教室のお問い合わせは、北部スポーツ・レクリエーションパークまで。



★北部スポーツ・レクリエーションパーク ☎266-0582

(長野市 三才1981-1 ホームページ: <http://www.hokureku.jp>)
… キッズ体育、サッカースクール など



★浅川体育館、中条体育館、松代体育館 ☎217-5196

シンコースポーツ 株式会社

- 【担当会場】 長野運動公園総合体育館、南長野運動公園体育館
- 【教室内容】 卓球、ソフトバレーボール、ストレッチ、体幹トレーニング、
ウォーキング指導 など

「明るく！楽しく！元気よく！」健康の維持・増進を目指しましょう！



★長野運動公園 ☎244-7555

(吉田5丁目1-19 ホームページ: <http://www.aqua-wing.jp/>)
フロア … 太極拳、カラダ・脳活、エアロビクス、ピラティス、キッズサッカー、キッズヒップホップ など
プール … アクアダンス、フィンスイム、チャレンジスイム など

★南長野運動公園 ☎293-4048

(篠ノ井東福寺320 ホームページ: <http://www.minaminagano.jp>)
スタジオ … エアロビクス、ステップ、ベリーダンス、ウェーブリング、キッズHIPHOP など
プール … アクアウォーキング、アクアビクス、スキルアップスイム、フィンスイム、子供スイミング など

運営団体連絡先一覧

教室の詳細は、各運営団体までお問合せください。

●NPO法人 長野スポーツコミュニティクラブ東北

【担当会場】柳原体育館、古里体育館（木）長沼体育館、更北体育館（月・AM）

【連絡先】026-296-9918（平日 10:00～13:00）

●一般社団法人 ながの北部スポーツクラブ

【担当会場】北部保健センター、芹田体育館、浅川公民館
三輪体育館、北部勤労青少年ホーム

【連絡先】090-4829-8903（土日祝日 10:00～18:00）

●塩崎スポーツクラブ

【担当会場】篠ノ井体育館、安茂里体育館、裾花体育館、川合新田体育館

【連絡先】090-1884-6639

●E-NAGANO スポーツクラブ

【担当会場】信州新町体育館、更北体育館（月・PM）、勤労者女性会館しなのき
川中島体育館、古牧体育館、若穂体育館、若穂公民館

小松原体育館、長野Uスタジアム（月）

【連絡先】026-285-9120

●ゆたかのスポーツクラブ

【担当会場】豊野体育館

【連絡先】yutakanosc@yahoo.co.jp（またはスポーツ課へ）

●株式会社フクシ・エンタープライズ

【担当会場】ホワイトリング、浅川体育館、中条体育館、松代体育館

北部スポーツ・レクリエーションパーク、昭和の森フィットネスセンター

【連絡先】026-217-5196

●シンコースポーツ株式会社

【担当会場・連絡先】

長野運動公園総合体育館（水）：026-244-7555（アクアウィング）

南長野運動公園体育館：026-293-4048（南長野運動公園）

●長野市（文化スポーツ振興部スポーツ課）

【担当会場】長野運動公園総合体育館（火）、長野Uスタジアム（木）

塩崎体育館、古里体育館（水）

【連絡先】026-224-7804（平日 8:30～17:15）