市内のスポーツクラブ等一覧表

市内で活動するスポーツクラブを紹介します。詳細については、それぞれのクラブに直接お問い合わせください。

種目	クラブ名	活動日	活動場所	対象	クラブPR及び連絡事項	担当者	電話番号	メールアドレス	SNS等
柔道	若穂柔道クラブ	水・木:19:00～21:00 土・祝日:9:00～12:00	若穂中学校 格技室	小学生～ 中学生	・初心者大歓迎。 ・会費2000円/月、その他遠征費、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・土日は他校への遠征を行う事があります。保護者の送迎が必要になる場合があります。	竹内　隆司	090-2678-5421		
柔道	長野市中央柔道教室	火、18:00～19:15 土、17:30～19:00 土は希望者は19:30まで	長野運動公園 柔道場	小学生～ 中学生	・初心者大歓迎 ・入会金：2，000円 ・月会費：：2，000円	田中　健一 大杉　裕樹			
柔道	長野市柔道クラブ	月:18:30～19:45 土:17:30～19:00	長野県警察 本部体育館 武徳殿	小学生～ 一般		平林	090-8873-6185		
柔道	若穂柔剣道育成会 （柔道部）	(火)19時～20時30分 (土)17時～19時	若穂中学校 格技室	小学生～ 中学生	年会費6000円、登録料、保険代込み。月謝はありません。大会参加の場合は、別途数百円掛かります。 小学生が中心で、身体を動かすミニゲームなど楽しく活動しています。柔道衣はレンタル有り。楽しく、心身を鍛えましょう！！	小宮山　幸広	090-2466-1432	info@kiroku-oyaki.com	Facebookやってます。若穂柔剣道育成会で検索して下さい。
柔道	松心館	月・木19:00～20:30	松代高校 俊英高校	小学生～ 高校生	・松代町を拠点に活動している柔道教室です。 ・月会費等はありませんが、スポーツ保険への加入をお願いしております。 ・状況によって練習時間、練習場所が変更になる事がありますので初めての方は担当者に御連絡下さい。	三澤　勇斗	090-1662-0357	misawa-seikotsuin330@outlook.jp	
柔道	文武館	火・金19:00～20:30	松代中学校	小学生～ 中学生	・松代町を拠点に活動している柔道教室です。 ・月会費500円、その他大会参加費、保険料、全柔連の登録費は別途集金します。	峯村　篤	090-4662-4830	bunbukan@gmail.com	URL：https://www.bunbukan-judo.com
剣道	寺尾少年剣道クラブ	土:17:00～19:00 日:16:00～18:00 ※休日は大会等の関係で変動有	寺尾小学校 体育館	小学生～ 高校生	・初心者大歓迎、剣道の基礎から練習します。 ・小学生から大人まで、時には幼稚園児も参加して楽しく練習しています。 ・土日祝日は大会等に参加します。保護者の送迎が必要になります。	小林　正利		seven-sus-four@softbank.ne.jp	
剣道	若穂剣道育成会	月・水・金19:00～20:30 土:17:00～19:00 ＊日曜日に大会等があれば参加	月・若穂中格技室 水・保科小体育館 金・若穂中格技室及び保科小体育館 土・綿内小体育館	年少～ 中学生	初心者大歓迎、剣道の基本から練習します。 会費12,000円/年・入会金1,000円・その他大会参加費等、保険代　剣道着・防具貸出あり 土・日は、他団体との練成会等を行います。	西沢　敏宏	090-3403-7548	xwjmu57x@wh.commufa.jp	https://www.instagram.com/wakahokendoikuseikai?psln=aWpndjloNzJscWxr&utm_so
剣道	松代地区育成会 剣道クラブ	水曜:19:00～21:00 日曜:7:00～9:00 ※令和5年度は日曜→土曜:17:00～19:00に変更の可能性有り ※休日は大会等の関係で変動有り	松代小学校 体育館	小学生(年長)～ 一般	令和4年度に創立60周年を迎えた歴史あるクラブです。「文武両道」を部訓として年長さんから中高生、一般の方まで幅広い年代で活動しています。初心者大歓迎、年会費7,500円(防具レンタル料込)土日は各大会にも参加します。稽古日、大会等保護者の送迎が必要になる場合があります。	宮澤　洋介	090-1693-0844	miya1223@icloud.com	
剣道	長野剣道スポーツ少年団	水19:00～21:00 土17:00～19:00 日16:00～18:00 ※休日は大会等の関係で変動有	城東小学校 西部中学校	未就学児 (年長)～ 大人	・初心者大歓迎、剣道の基礎から練習します。 ・初心者は未就学児～大人まで幅広く対応します。 　また経験者又、剣道再開したい方大歓迎 ・年会費2600円/月(保険料・大会参加費込み) 　(小学生～中学生)遠征費別途集金補助あり ・防具レンタル ・大会等で保護者の送迎が必要になる場合があります。	藤田真洋 町田育哉	090-4524-4797090-	fujita.masahiro@chuden-hs.co.jp machida198@outlook.jp	
剣道	長野少年剣道クラブ	水:19:00～20:30 土:18:00～20:00 日:16:00～18:00 第2週土日、大会開催時は休み	水:東部中剣道場 土・日:東北中剣道場又、吉田小体育館	小・中学生	令和9年度募集停止	大塚方人	090－8856－9436	masato2377@gmail.com	
剣道	南長野剣道少年団	土:17:30～20:00 日:7:30～9:00(4～12月) 水:19:00～20:00(高学年以上対象) ※土日は大会等の関係で変動有	土・日:篠ノ井西小 水:篠ノ井西中	年長～ 中学生 ※高校生～大人も参加可	・剣道は年齢・性別関係なく、一緒に練習ができます。主体は中学生までですが、高校生～大人の参加も大歓迎です。 ・会費1500円/月、貸防具レンタル4000円/年、その他保険料などは別途。 ・土日は大会等があります。保護者の送迎が必要になる場合があります。	佐久間　美香	090-4677-2124	minaminaganokendo@gmail.com	
剣道	剣道 川中島悠心館	木:19:00～21:00 土:18:30～20:30 日: 9:00～11:00 ※休日は大会等の関係で変動有	木:川中島中学校克己館 土:昭和小学校第一体育館 日:川中島小学校体育館	幼児～ 一般	・初心者大歓迎！剣道の基礎から練習します。 ・会費:中学生3,000円/年、小学生以下1,000円/月 その他大会参加費、保険料等の別途集金があります。 ・防具レンタルあります。 ・練習、大会参加時には保護者による送迎、補助をお願いする場合があります。	山岸　久益		kawanakajima.yuushinnkann@gmail.com mkh-yama@mx1.avis.ne.jp	
剣道	稲里剣道クラブ	水・金:18:30～20:30 土:16:00～18:00 月・木:18:30～20:30 (特別稽古4年生以上) ※休日は大会等の関係で変動有	広徳中学校格技室 (月・水・木・金曜日) 下氷鉋小学校体育館 (土曜日)	年中～大人	・初心者の方でも先生や先輩たちが優しく丁寧に教えてくれます。 ・道具が揃っていなくても大丈夫！防具、胴着、袴のレンタルあります(一部購入品あり)・県内外への大会、遠征あり ・クラブ会費2,000円(みらいハッ！ケンプロジェクト対象) ・入会特典として竹刀プレゼント ・都合により場所や時間の変更することがあります見学希望の方は問い合わせの上お越しください	小林　真理恵	080-1233-8907	inasatokendoclub@gmail.com	Instagram・FacebookからのDM可 「inasatokendo」で検索
剣道	豊野町少年剣道クラブ	水:19:00～21:00 土:16:00～18:00 日:10:00～12:00 ※稽古日または時間は、大会等の関係で変動有	豊野中学校 剣道場	未就学児(年少)～ 大人	剣道の心構え、所作、礼儀等は厳しく指導しますが、それ以外のレクレーションやイベントは、みんなで楽しく思いっきり遊びます。今年はボーリング大会、BBQ、海水浴やスキーなども計画する予定です。男女を問わず、まずは一度見学に来てください。お待ちしております(^^)	松山　俊昭	090-2464-8411	t.k.y.c.a.family@gmail.com	
剣道	信州新町剣友会	土曜日　18:00～20:00	信州新町子供プラザ武道場	幼年～ 一般	・初心者大歓迎 ・会費6000円/年 ・随時、見学体験ですが都合により場所日時等の変更がありますのでご連絡下さい。 電話番号 08010368651	宮福　剛文	090-1866－0541	shinmachikenyuukai@gmail.com	
剣道	北長野剣友会	火:19:30～21:00 土、日:17:30～19:30	東部中学校 格技室	幼児～ 一般成人	・初心者大歓迎。 ・会費2万円/年(保険料込み)、その他大会参加費等は別途集金の場合あり。 ・道着、袴、防具の貸出あり。 ・各種大会等への参加あり。その場合は保護者の送迎が必要になります。	五十嵐　元一	080-4733-8091	motokazu.5039kky@gmail.com	
剣道	篠ノ井剣友会	日:7:00～8:30 水:19:30～21:00 土:18:00～20:00	日・土:通明小学校体育館 水:篠ノ井東中学校心技館	年長～ 中学生	・初心者大歓迎、剣道の基礎から練習します。 ・基本月謝1,500+子供1人1,000円/月、保険料。竹刀と籠手は別途購入。その他防具貸し出しあり。 ・大会時には保護者の送迎が必要になる場合があります。	中村　静男	090-2726-2758	shinoken.net@gmail.com	
剣道	青木島剣道少年団	火、木:19:00～20:30 土:18:00～21:00 日:17:00～19:00	青木島小体育館 更北中剣道場	小学生～ 一般	・小学生から一般まで、共に鍛錬しましょう。初心者には基礎より丁寧に指導します。 ・会費1,500円/月、剣道着、防具は月額300円にて貸し出します。 ・初めて剣道を始める大人や剣道経験者が練習できるように、青年部を設けています。	黒柳　博子	090-9845-2118	aokijimakendosyonendan@gmail.com	
剣道	東北直心館	月、火、木、金 18:00～20:00 土8:30～11:30 その他練成会、大会参加	東北中学校武道場 (直心館)	小学5年生～ 中学生	・スポコミ年会費＋保険800円 ・月謝2,000円 ・初心者大歓迎！中学生から始めた子がほとんどです。 ・土日の練成会や大会参加の際、保護者の送迎が必要になる場合があります。	伊石亜沙美	スポコミ事務局296-9919	anya25290408@gmail.com	
剣道	若槻少年剣友会	土:17:00～19:00 日:9:00～11:00	若槻コミュニティ センター	幼児～ 中学生	・初心者大歓迎 ・防具レンタルあり ・入会時、竹刀1本贈呈	樋口　勲	090-1550-6369	isada42yuusaya104seiayu9@docomo.ne.jp	
剣道	五常館	火～金:19:00～21:00 土:8:30～11:30	川中島中学校体育館 川中島中学校克己館	中学生	・初心者大歓迎、剣道の基礎から練習します。 ・会費2,500円/月、その他大会参加費、スポーツ安全保険料等は別途集金 ・土日は、大会等があり、保護者の送迎が必要になる場合があります。	石坂　仁	080-2598-6273	nagano.gojoukan@gmail.com	ホームページ: https://gojoukan.com/ インスタ: https://www.instagram.com/gojoukan/
剣道	夢想塾	月、水、木:19:00～21:00 土:8:00～10:00	松代中海津体育館 遠野小体育館	中学生	・令和6年度に松代中学校剣道部から地域移行したチームです。 ・初心者大歓迎！	永井智達	090-5341-0053	musoujuku.2023@gmail.com	
剣道	長野市剣道連盟					宮澤　慶治	090-2444-6017	naganoshi.kenren@gmail.com	
剣道	長野東支部	水　19:00～20:00 土　17:00～19:00	県警体育館	幼児～ 一般	・公益社団法人日本空手協会公認支部 ・長野市スポーツ少年団加盟	柄澤　孝一	090-1660-3393	daiyuki324@gmail.com	
剣道	長野北支部	木　18:40～20:10 土　17:10～19:10 ※その他上級者稽古あり	裾花小学校 体育館	幼児～ 一般	・公益社団法人日本空手協会公認支部 ・長野市スポーツ少年団加盟	林　嘉明	090-4736-8002	jka_nagano_kita@yahoo.co.jp	
剣道	川中島支部	月・木　18:30～20:00	川中島公民館他	幼児～ 一般	・公益社団法人日本空手協会公認支部 ・長野市スポーツ少年団加盟	山崎　元喜	090-1828-9030	genki.yamazaki@gmail.com	

種目	クラブ名	活動日	活動場所	対象	クラブPR及び連絡事項	担当者	電話番号	メールアドレス	SNS等
空手	長野共和支部	月　19:00～21:00 火・金 19:00～21:00	共和小学校体育館 川中島中学校 克己館	幼児～ 一般	・公益社団法人日本空手協会公認支部 ・長野市スポーツ少年団加盟	塩野入 憲明	090-8853-2378	jka_nagano_kyowashibu@yahoo.co.jp	
	長野南支部	月 18:30～20:30 水 18:30～20:15	三本柳小学校 体育館	幼児～ 一般	・公益社団法人日本空手協会公認支部 ・長野市スポーツ少年団加盟	高野 雅徳	090-4601-6981	naganominamijka@yahoo.co.jp	
	長野篠ノ井支部	火・金 19:00～20:30	篠ノ井西小学校	幼児～ 一般	・公益社団法人日本空手協会公認支部 ・長野市スポーツ少年団加盟	羽生 仁	090-4025-0010	jkatp@grn.janis.or.jp	
	長野支部 稲里道場	木 18:00～19:30(少年) 木 20:00～21:30(中学～一般) ※その他全体稽古・強化稽古あり/り	稲里中央地区 センター南	幼児～ 一般	・公益社団法人日本空手協会公認支部 ・長野市スポーツ少年団加盟	丸山 博樹	090-1653-4777 ※留守番電話に「見学・体験希望」と、お名前、お電話番号をお入れください。確認後、こちらから折り返しお電話いたします。	yushinkan2001nagano@yahoo.co	http://yushinkan-karate.com/
	長野支部 青木島道場	月 18:00～19:30 ※その他全体稽古・強化稽古あり	青木島小学校体育館	幼児～ 一般					
	長野支部 松代道場	水 18:00～19:30 ※その他全体稽古・強化稽古あり	豊栄小学校体育館	幼児～ 一般					
	長野支部 犀南道場	土 17:30～19:00 ※その他全体稽古・強化稽古あり	篠ノ井東小学校体育館	幼児～ 一般					
	長野市空手協会	問い合わせは、9:00～16:00の間 でお願いします。				丸山 博樹	090-1653-4777	naganoshikaratekyoukai@yahoo.co.jp	
	正道会館 志友塾	水曜日・金曜日 18:00から	水曜日：川柳建設倉庫2階 金曜日：長野運動公園総合体育館会議室	年長 小学生 中学生 高校生 一般	・初心者大歓迎 ・フルコンタクト空手を通じ心身ともに強くなろう ・礼儀礼節を重んじ人間力を育てる ・年1回主催大会あり ・年2回昇級昇段審査会あり	風間勇人	090-8891-4019	brave.kzm@gmail.com	ホームページ：【正道信州】で検索