



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
水泳	スポコミ東北地域クラブ(水泳)	自主練	サンアパルプール	小学生～高校生	・長野市内、近隣小中学生大歓迎 ・中学生会費2,800円+保険料800円	藤枝 博和	026-296-9918	supocomi@yahoo.co.jp	
	北長野水泳クラブ	水:16:35～17:30 木:18:30～19:30 土:16:00～17:00 の週3回	長野ドルフィンスイミングスクール中央校	中学生	・月会費7,700円 ※週4回以上は1回770円まで自主参加可能 ・長野県選手権優勝記録を持つコーチが指導します。 ・大会引率には引率費が別途かかります。	清水	026-241-0092	stakano.ndss@yahoo.co.jp	
ラグビーフットボール	長野市少年少女ラグビースクール	原則日曜日、8:30～11:30 大会等有	千曲川リバーフロント	5歳児～中学生	・初心者大歓迎、ラグビーの楽しさを体験し、基礎から練習。 ・年会費12,000円、前・後期分納可(保険料含む)	宮本 正之	090-2665-2948	m.miyamoto9233@gmail.com	
アイスホッケー	AC長野パルセイロアイスホッケーチーム	4～9月 火・木:19:00～20:00 10～3月 火・木・土:19:00～20:00 ※大会等の関係で変動有	エムウェーブビッグハット	小学生～中学生	・未経験でも、スケージングの基礎から丁寧に指導いたします ・会費6000円/月(家族割引あり) ・市外、県外のリンクでも練習試合等を行います。保護者の送迎が必要になる場合があります。	事務局 黒岩 美香	080-2568-1433	icehockey@parceiro-icehockey.jp	
クライダー	公益社団法人長野クライダー協会	土日祝祭日 8:30～日没後2時間	長野滑空場(若穂多目的広場)	中学生～高校生	初心者歓迎、国交省指定グライダーパイロット養成施設入会金5,000円、年会費5,000円、搭乗料5000円/回 教育(国家資格者)による安全指導体制 社会人との混合活動により社会生活性指導	小川 高昭	026-282-3171	soarnagano@yahoo.co.jp	
	長野市馬術連盟りんこポニークラブ	日:10:00～11:30 (季節により変動有)	市馬術連盟騎舎および犀川第2緑地馬場	小学3年生～中学生	・ジュニア初心者向け ・会費7,000円/月(その他年度登録料、保険料、人装品購入費等は別)	小野塚 美香	090-4416-2181	nagano.ringo.club@yahoo.co.jp	
	長野市馬術連盟りんこくらぶ	土日祝:AM 平日:早朝	市馬術連盟騎舎および犀川第2緑地馬場	小学5年生～65歳	・初心者可 ・同じ付け、馬房清掃の当番有 ・会費はコースにより異なる(その他入会金、年会費、保険料、人装品購入費等は別)	小野塚 美香	090-4416-2181	nagano.ringo.club@yahoo.co.jp	
馬術	いづなジュニアライディングクラブ(飯綱JRC)	土日祝日午後(月6回程度)	株式会社飯綱高原乗馬倶楽部 長野市大字ヶ原2471-613)	小5～中3	飯綱高原乗馬倶楽部の少年団です。初心者でも楽しく学べます。入団金¥30,000 月謝¥12,000(保険料)入団当初は道具等は無料でお貸しします。	小林 千夏	080-1006-4546	ijzunair@gmail.com	 Instagram: filizuna_jrc InstagramのDMメッセージでのお問い合わせ可
スケート	エムウェーブスケートクラブ	【小学生】 夏季:月・火・木・金 18:00～20:00 土 8:00～11:00 冬季:月・火・木・金 18:30～20:30 土 15:00～18:00 【中学生】 夏季:月～金 18:00～20:00 土 7:00～10:00 冬季:月・火～金 19:00～21:30 土 6:30～9:30	エムウェーブ(夏季土:リバーフロント)	小学生～高校生	スピードスケート選手を育成するクラブで長野市を中心としたクラブで現在約40名のクラブ員が年間を通して練習しています。今まで県大会・全中・インタハイ・全日本大会等での上位入賞や卒業選手がオリンピックへの出場をしています。	中山 武	090-2317-8790		
	長野FSC(オガノフィギュアスケートクラブ)	一か月ごとに決定	長野県内アイススケート場 エムウェーブビッグハット 風越アイスアリーナ やまびこスケートの森	規定なし	当クラブは競技選手育成を目的としたクラブチームで全県の小学生から大学生まで現在約50名のクラブ員が競技会場を目指して練習しています。全国大会に出場している選手も多数在籍しています。	山崎 弘雄	090-2670-4093		
	長野市スケート協会	問い合わせは、9:00～18:00の間をお願いします。				渡辺 勇	090-2632-8513	info@skating-nsa.jp	
チアリーディング	ゼリタクラブチアリーディングスクールSEROWS	日 12:00～14:00 ※イベント・大会等の関係で変動有	長野市内	3歳～社会人	・初心者大歓迎、チアリーディングの基礎から指導いたします。 ・会費3,000円/月、その他大会参加費、講習会参加費、保険料、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・随時入会、体験可能です。(男子選手も入会可能)	佐藤 萌香	090-1869-2581		
新体操	Nanala.rgナナラールジー	月 17:30～19:00 水 17:00～18:30	月:安茂里小学校 水:長野運動公園体育館	幼児～高校生	・初心者大歓迎 お気軽にお問合せ下さい ・新体操を通じて、やり抜く力(グリット力)を育てます ・月謝6500円～ その他年会費、大会参加費、用品購入費等は別途集金 ・充実したクラブ活動で楽しさと成長を両立します!!	清水 まなみ		nanala.rg25@gmail.com	
ドッジボール	徳間ドッジボールスポーツ少年団	月:20:00～21:30 木:19:30～21:30 日:13:00～17:00 (その他不定期)	徳間小学校体育館	小学生～中学生	・初心者大歓迎。 ・競技ドッジボールの良駒勝負!「見学・体験」お待ちしております! ・会費2万円/年(保険料込み、大会参加費含む)、その他チームTシャツ等は別途集金。 ・練習試合や各種大会等への参加あり。交通費等は別途集金。ホームページ(徳間ドッジボールで検索)参照。	中村 貴範 塚田 定正	中村:090-1698-3133 塚田:090-4181-9865	中村:wycf2nuz@qc.commufa.jp 塚田:sada5205@dance.ocn.ne.jp	
	長野市ドッジボール協会					前田 千恵	電話番号:090-4464-9525	fumimamadesu@ezweb.ne.jp	URL:https://dodge.upper.jp
少林寺拳法	長野南スポーツ少年団	月、木 ※休日は施設の関係で変動有り 小学生まで18:30～20:30 中学生以上19:00～21:00	篠ノ井西中学校 柔剣道場奥心館	小学生～高校生 一般の部もあり	・初心者大歓迎、心と体を鍛え自己確立の稽古をします。 ・入会金12,000(初回のみ) 連盟会費5,000円/年 会費2500円/月、その他大会参加費、保険料、道着、防具等購入費は別途 ・各大会、行事に保護者の送迎が必要になります。	中島真一郎	090-3143-6972	s.kempo.n.minami@gmail.com	
	長野北スポーツ少年団	水 ※休日は施設の関係で変動有り 小学生まで18:00～20:30 中学生以上19:00～21:30	柳町公民館	小学生～高校生 一般の部もあり	・初心者大歓迎、心と体を鍛え自己確立の稽古をします。 ・入会金12,000(初回のみ) 連盟会費5,000円/年 会費2501円/月、その他大会参加費、保険料、道着、防具等購入費は別途 ・各大会、行事に保護者の送迎が必要になります。	田中鈴枝	090-5214-3987	tanaka.suzue@gmail.com	
水球	ボセイデン長野水球クラブ	水:18時30分～20時30分 金・日:18時～20時30分	アクアイングプール	小学生～高校生	・初心者大歓迎、水球の基礎から練習します。 ・月謝2400円から。 ・保険料等は別途集金。 ・アクアイング設備工事の為、別会場で練習予定。 ・アクアイングでの練習開始はR8年9月～	保谷雄介	080-9434-3487	hoya561126@gmail.com	
ボクシング	長野ボクシングジム	火～金:18:30～22:00 土:18:00～19:30 日:8:00～11:00	長野ボクシングジム	中学生～高校生	・はじめからスゴくなくても大丈夫! 将来のある子供たちが安全に鍛えられるよう指導しています 心も体も鍛え、強くなりましょう ・営業時間中は練習し放題、曜日や時間は自由です ・レベルに合わせて安全に配慮した練習を行います ・入会金10,000円、月会費8,000円、スポーツ保険料2,000円 ・大会参加費や強化練習参加費などは別途集金いたします ・お問合せはジム公式LINEがスムーズです お気軽にどうぞ	湯本 翼	電話番号:070-9002-3257	gloveup.ngnboxing@gmail.com	ジム公式LINE:https://lin.ee/9YwUuPm 

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
アウトドア	アウトドア・サバイバルクラブ	火:放課後～19:00 月に1回 土曜活動日あり ※平日は放課後バスあり	活動によって異なる	中学生～ 高校生	海！山！雪！ 野外活動の知識や技術を手に入れよう！ ・会費4000円/月 保険料込 ・土曜日の活動にかかる実費集金の可能性あり ・送迎バス料金(各学校→活動場所→長野駅) バス代2000円/月	福畑晴生	電話番号:090-7742-4889	paisnagano@gmail.com	
マルチスポーツ	Pais Sports School チョコッとスポーツ!!	水:放課後～19:00 月に1回 土曜活動日あり ※平日は放課後バスあり	活動によって異なる	中学生～ 高校生	色々なスポーツに触れてみよう！ ・会費3000円/月 保険料込 ・送迎バス料金(各学校→活動場所→長野駅) バス代2000円/月	福畑晴生	電話番号:090-7742-4889	paisnagano@gmail.com	
ボルダリング	CLIMBING CENTER ART WALL	火・水・木・金:13～22時 土日祝:12～19時	CLIMBING CENTER ART WALL (長野市真島町川合189-1)	小学生～ 高校生	・未経験者でも楽しく、安心して活動できるよう、参加者のレベルに応じたマンツーマン対応を基本としています。(公益社団法人日本山岳・スポーツクライミング協会が認定する「スポーツクライミングコーチ1」の資格所有者が指導いたします。)そのためそれぞれ自分のペースで続けられます！ ・ボルダリングとリードクライミングの両種目の練習が可能です。 ・年会費500円/年、1回の練習:1,500円、10回練習券:13,000円、1か月バス8,000円 ・スポーツ保険等の加入は各自対応。(希望する方には、スポーツ保険を料定します。)	小林 大祐	電話番号:026-284-8136	info@art-wall.jp	 CLIMBING CENTER ART WALL
	ストーンフォックス Climbing Cave (ボルダリングジム)	①平日15:00～20:00 ②平日13:00～20:00 ③土日祝10:00～18:00 ※不定休・時間変動あり ※必ずホームページを確認ください	ストーンフォックス ClimbingCave (ボルダリングジム) 長野駅徒歩圏内 若里公園・信州大学工学部近く	未就学児～ 社会人 【キッズスクールあり】 対象5歳～ 中学生】	どハマリキッズ続出中！運動苦手でも楽しめる！ゲーム感覚で体力づくり！大会、優勝者も続出中！ 当ジムのオリジナル・メソッドで楽しく上達！プロによる講習あり！ オリンピック代表選手開発のボルダリンググッズも利用可能！ 色々な学校・年代との交流で社交性もUP！親子でみんなでLet'sボルダリング！ 【キッズスクール】 ・スポーツ保険はじめ各種サービスあり ・スクール生の保護者さま特別割引あり ・初年度年会費9999円、次年度年会費4999円(4月更新) ・料金等の詳細はホームページをご確認ください ※スクール入会せず一般利用も可能です ※ホームページ等に動画あります	黒木 彩谷	電話番号:026-217-0359 (平日17-18時除く営業中のみ)	be.a.stone.cold.fox@gmail.com	HP:https://lit.link/StoneFox 