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
バレーボール	バレーボールクラブ Glänz(グランツ)	・日曜日:13:30～16:30 ・「週1回」を原則とします。 ・年間36回開催予定	長野市内の体育館	小学5年生～ 中学3年生の 男女	・初心者も大歓迎！最高の環境で、最高の仲間と バレーをしよう！！ ・月会費 9～3月：毎月1,500円、 4～8月：5ヶ月 3,000円 ・年会費2,000円(入会月によって異なる)	若林　大樹		[営業時間]火・水・木・金 /13:00～19:00 traum- nagano@teamglanz.or.j p	[営業時間] 火・水・木・金/13:00～19:00 【募集受付QRコード】
	スポーツコミュニティクラブ東北男子バレーボールクラブ	火、水、木、金:18:00-19:30 土日のどちらか8:00-11:00 ※大会の場合は変動あり	東北中	小6、中学生 希望すれば中3の3月までスキルアップできます	初心者が成長を楽しむチームです。JSPOコーチ資格をもったコーチがプレイヤーズセンタード・コーチングをします。 月会費3,000円、入会時に保険両、ユニフォーム購入費等がかかります。 大会、練習試合は現地集合が基本です。遠征はしません。	竹　直樹		take3006@gmail.com	https://www.instagram.com/tohoku_volleyball/?utm_source=ig_web_button_share_sheet
	スポコミ東北地域クラブ （女子バレーボール）	火・木・金　～19:00	東北中三葉体	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	藤牧　博和	026-296-9918	supocomi@yahoo.co.jp	
	一般社団法人長野スポーツアカデミー N-TECH BEACH （エヌテックビーチ）	毎週日曜日　18:00-20:00 ※オンシーズンは上越などに行きますので時間は変わります。	南部小学校 体育館 近県のビーチバレーコート	中学生～ 高校生	・長野地区初クラブ ビーチバレーボールクラブ ・インドアクラブとの掛け持ちOK！ ・初心者大歓迎、ビーチバレーボールの基礎から練習します。普段は体育館で練習、シーズンに入ると近場のビーチバレーコートで練習をします。 ・ビーチバレーボールをやるとインドアバレーボールも上達します。 ・会費3,000円/月、その他年会費(保険料・登録料)3,000円、大会参加費、遠征費、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・オンシーズンは上越のビーチバレーコートで練習をします。 ・ツアーにも参加していきます。	北村	080-3465-3800	info@nagano-sac.org	URL: https://www.nagano-sac.org
	一般社団法人長野スポーツアカデミー N-TECH MIX （エヌテックミックス）	火曜日　19:00-21:00	犀陵中学校 体育館	中学生～ 大人	・男女混合バレーボールクラブ ・初心者大歓迎、初心者から中級者までの楽しみながらの混合バレーボールをやります。親子での参加を大歓迎します。 ・楽しむことをを目的にしたサークル形式 ・会費2,000円/月、その他年会費(保険料・登録料)3,000円、大会参加費、遠征費、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・大会参加の際は保護者の送迎をお願いすることがあります。	北村	080-3465-3800	info@nagano-sac.org	URL: https://www.nagano-sac.org
	一般社団法人長野スポーツアカデミー 長野SAC U15 （バレーボールクラブ U15_MEN）	毎週月・火・木曜日 19:00-21:00	櫻ヶ岡・犀陵・裾花中学校 体育館	男子中学生	・中体連にクラブチームとして加盟 ・部活動移行型バレーボールクラブ ・初心者大歓迎、基礎から丁寧に指導します。 ・みんなで大会に参加しましょう。 ・会費5,000円/月、その他年会費(保険料・登録料)3,000円、大会参加費、遠征費、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・大会参加の際は保護者の送迎をお願いすることがあります。	北村	080-3465-3800	info@nagano-sac.org	URL: https://www.nagano-sac.org
	一般社団法人長野スポーツアカデミー 長野SAC U15 （バレーボールクラブ U15_WOMEN）	毎週月・木曜日 19:00-21:00	櫻ヶ岡・裾花中学校体育館	女子中学生	・2025年度中体連にクラブチームとして加盟予定 ・部活動移行型バレーボールクラブ ・初心者大歓迎、基礎から丁寧に指導します。 ・みんなで大会に参加しましょう。 ・会費5,000円/月、その他年会費(保険料・登録料)3,000円、大会参加費、遠征費、ユニフォーム購入費等は別途集金 ・大会参加の際は保護者の送迎をお願いすることがあります。	北村	080-3465-3800	info@nagano-sac.org	URL: https://www.nagano-sac.org
	三陽スポーツクラブ （男子バレーボールクラブ）	土曜日17:30～19:30土・日・祝日	三陽中体育館	中学生	・初心者大歓迎。一緒に楽しくバレーをやりましょう。 ・入会費1,000円(保険料込み) ・会費500円/月 ・年会費5000円(JVA登録料、スポーツ保険、交流会、大会参加費など) ・土日を中心に活動しています。			sanyo.sports.club@gmail.com	URL:https://sgrum.com/web/sanyosportsclub/ 体験会は実施していません。随時募集です。小学校4年生以上。
	三陽スポーツクラブ （女子バレーボールクラブ）	土曜日17:00～19:00毎週土曜日	三陽中体育館	中学生	・初心者大歓迎！！バレーボールを一緒にやりませんか？ 先輩後輩みんな仲良く切磋琢磨して頑張っています。 ・入会費1,000円(保険料込み) ・会費500円/月 ・土日を中心に活動しています。(練習or練習試合、各種大会) ・練習試合では、北信地域や県内外様々なところへ行って交流しています。 ・申込み sanyo_vbc-nagano@yahoo.co.jp(代表:庄村)体験会も開催する予定です。インスタチェックし、お友達を誘って参加してください。			sanyo.sports.club@gmail.com	URL:https://sgrum.com/web/sanyosportsclub/
	長野市バレーボール連盟	問い合わせは、17:15～20:00の間でお願いします。				小山　正隆 （事務局）	090-8006-3578	yukitakaatsukei3@yahoo.co.jp	
	VC TOHBU バレーボールクラブ	月、木、金　17:00～19:30 土、日練習又は練習試合 大会もあります	長野市立 東部中学校	小学生～ 中学生	・初心者、経験者どんな方でも大歓迎です。 ・会費5000/月　その他遠征費、保険料等別途集金 ・県外での練習試合や大会有 土日もさまざまな中学校へ行って練習試合を行いますので保護者の方の送迎が必要になる場合があります。	吉村裕奈	080-1273-6290	tohbu.yoshimura.05@gmail.com	
	松代バレーボールクラブ	月、木曜日　19:00～21:00 土、日曜日　8:00～11:00	松代中体育館	小学5年生～ 中学生(男子)	・初心者大歓迎、新規メンバー募集中 ・見学・体験いつでもお待ちしています。	岩田　章	090-3134-7445	pride.akr3@gmail.com	
	SIEG（女子バレーボールクラブ）	火、木、金　17:00～19:00 土日練習または練習試合 大会出場や遠征あり	川中島中学校西体育館	小学校6年生から中学3年生女子	・初心者、経験者共に歓迎します ・月会費/2,000円、遠征費・配車交通費など別途請求あり、体験入部時等に詳しくご説明致します。 ・監督主催のエンジョイ大会もあり技術だけでなく、コミュニケーションを取ることを大切に活動しています。 ・大会・遠征時・その他送迎で、保護者送迎協力を依頼することがあります。	半田 雅彦		sieg.2026vbc@gmail.com	https://sieg-vc.jimdofree.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
	Rabbilits （中学生女子バレーボール）	月、木、金 19:00～21:00 土日どちらか3時間程度 （練習試合の可能性も有）	豊野中学校 ※木曜日は別体育館予定	中学生	・経験者、初心者問わず大歓迎。 ・会費5,000円/月、その他大会参加費、保険料、ユニフォーム購入費、その他諸経費等は別途集金 ・土日は他校との練習試合等を行う場合があります。保護者の送迎が必要になる場合があります。	高垣　光将			インスタグラムで【Rabbilits】または https://www.instagram.com/invites/contact/?utm_source=ig_contact_invite&utm_medium=copy_link&utm_content=110p4f98
	VC広徳　男子バレーボール	火曜19時半～21時半 木曜18時～20時 日曜17時～19時 その他	下氷鉋小学校　広徳中学校　その他	小6～中学生	初心者、経験者どんな方も大歓迎です。 見学、体験いつでもご連絡ください。	岡田		vc.kohtoku@gmail.com	https://www.instagram.com/vc.kohtoku?igsh=M2drYjN1NWtiNzRp
	D.P.Luminous （ディー・ピー・ルミナス）	水、木、金 19:00～21:00 土、日、祝 練習試合や大会等（変動）	篠ノ井西中体育館 篠ノ井東中体育館	中学生 （男子）	・部活動移行型バレーボールクラブのため、初心者のみで活動しています。 ・バレーボールの繋ぐ楽しさ、仲間との繋がりを大切に活動しています。 ・練習見学、練習試合見学、練習体験いつでも受付しています。 ・入会費なし、月会費4,000円、保険料別途 ・練習試合、大会など保護者の送迎協力が必要となります。	田中　翔	080-3455-2479	d.p.luminousvc@gmail.com	
	篠ノ井レガーレ （中学女子バレーボールクラブ）	火:16:45～18:45 木:17:00～19:00 金:17:00～19:00 土日・休日は練習・練習試合	火:篠ノ井東中学校 木:篠ノ井西中学校 金:篠ノ井西中学校 土日・休日時随時	中学生 体験随時可 （小学生も可）	・篠ノ井の部活動から地域移行したクラブチームです。 ・初心者大歓迎。基本から楽しく学びながら練習します。 ・バレーボールを通じて、子供達の心・技・体の成長を目指しています。 ・会費4000円/月。 ・活動場所・時間によって送迎をお願いします。	堀内　紀之	090-1105-9211	nori.hori26@ezweb.ne.jp	https://www.instagram.com/shinonoi.legare?stkn=MXhnYjM2MmF4bWR4MQ%3D%3D&utm_source=qr
	1on1 小林レッスン塾	Instagram、 LINEにてご確認ください。	長野市内の体育館	小学生～ 中学生	・初心者大歓迎、バレーボールの基礎を一から丁寧に指導します。 ・参加費は1回500円です。 ・土日を中心に活動しています。活動場所によっては、保護者の送迎が必要になる場合があります。	小林　大輔	080-4675-2088	https://lin.ee/7fHBs3l	instargam https://www.instagram.com/1on1.kobayashilessonschool?srtk=MTJxYTB3eW15Y3h4Yw%3D%3D&utm_source=qr