


令和8年度

スポーツクラブ参加者募集

キッズ・ジュニアスポーツ教室



教室名 / 内容	対象 / 定員	曜日・時間	場所	参加費	回数	担当 / 問合せ先
白馬マウンテンバイククラブ 毎週月曜日16時30分より白馬岩岳MTBパーク集合し、楽しくMTBを乗ることを目的に小中学生向けの練習会を開催しています。詳しくはWEBサイトをご確認ください。 hakubambtb.com	小・中学生 【40名】	月曜日 16:30～18:00	白馬岩岳 雨天時は 体育館	【年会費】 1,500円 【1回券】 400円 【10回券】 4,000円	全21回	原 0261-75-2895
<キッズ> 年少さんから年長さんの運動遊び教室です。マット、跳び箱、鉄棒やミニトランポリン、ボール遊び、縄遊びなど様々な道具を使いながら、楽しく運動を実施し、幼少期に必要な体の基礎づくりや、協調性などを身に付けていきます。出来たが、運動の楽しさを習得するクラスです。	園児 【30名】	水曜日 16:30～17:30	北部トレセンアリーナ	まめったスポーツ教室 【年会費】 1,000円 【各シリーズ】 (前期/後期 各10回) 6,000円 【各回参加】 800円	全20回	長谷川 090-2103-3305 前田 090-1673-4770
<ジュニア> 小学生対象の放課後スポーツ遊び教室です。マット運動、跳び箱、リズムダンス、ラダートレーニング、フィジカルトレーニングやコンディショニングなど、身体能力の向上にそして、ケガをしにくい体作りにも役立てていきます。	小学生 【30名】	木曜日 16:30～17:30	白馬北小体育館	【前期10回】 6,000円 【後期15回】 8,500円 【各回参加】 800円	全25回	丸山 090-1693-6473 松島 長田 滝沢
<ボール遊び> 小学生対象の放課後のボール遊び教室です。子供たちが楽しくボールに関わりながら、基礎運動能力・自発性・社会性を身につけられるように様々な遊びや運動、体の動きを体験して行きます。また、遊びを他学年と実施することでリーダーシップ能力やコミュニケーション能力の習得にも役立ちます。	小学生 【30名】	金曜日 16:00～17:30	また、 役場多目的ホール	【各シリーズ】 (前期/後期 各10回) 6,000円 【各回参加】 800円	全20回	無料体験会 4月22日 水曜日 北部トレセンアリーナ 16:30～17:15 

まめったスポーツ教室へリニューアル

お申込・お問い合わせは各教室担当者までお願いいたします。

※各自スポーツ保険への加入をお願いいたします。※ちらし記載の価格は全て税込価格です。

健康スポーツ教室

教室名 / 定員 / 内容	曜日・時間 / 場所	参加費
初心者向けピラティス教室 〈10名〉 ピラティスは体幹を意識して身体のバランス(身体の使い方のクセ)を整えるエクササイズです。「程よくキツく、終わった後はスッキリ気持ち良く」日常生活を向上させることを目的に開催します。	月曜日 10:00～11:00 【場所】 協和ウイング白馬 多目的室ほか ※詳しくは担当へお問合せください	【1回】 1,500円
田口 080-5647-1677		
フローヨガクラス 〈10名〉 New 呼吸にあわせて、流れるようにポーズをとっていくフローヨガ。初めてでも安心♪一緒にヨガをしてみませんか？静かな動きの中にも意外な強さがあり心と体の健康を促進することができます。一緒にポーズを取りながらリフレッシュしましょう。	毎週火曜日 10:00～11:00 (5月～11月) 10:30～11:30 (12月～3月) 毎週木曜日 10:00～11:00 (5月～11月) 13:30～14:30 (12月～3月) 【場所】 協和ウイング白馬 多目的室	【1回】 1,100円 【10回チケット】 8,000円
和田 080-2773-3447		
楽しい卓球クラブ 〈30名〉 日頃の運動不足解消するため卓球を行います。またゲーム等を行いクラブ内のメンバーの懇親を図ります。楽しい卓球を行うことをめざします。また、今年度から毎週土曜日に高齢者向けのクラスが出来ました。初心者の方も大歓迎です。	火・木曜日 13:30～15:30 土曜日 (高齢者向け) 13:30～15:30 【場所】 北部トレセン アリーナ	【新規会員】 入会金 1,000円 【1回】 100円
火・木曜日 担当：篠崎 090-1044-9525 / 土曜日 (高齢者向け) 担当：池田 090-7677-3205		
エアロビスクラフはくば 〈15名〉 New エアロビクスをたっぷり40分！気持ち良く汗を流しながら音楽に合わせて体を動かし、筋力をつけながら血行促進・腰痛予防・むくみの解消！！最後は15分のストレッチでゆっくりと呼吸を整えます。初心者大歓迎！！週に1度一緒に体を動かしましょうか？ 持ち物：室内シューズ、ヨガマット、飲物	毎週水曜日 (月4回) 5月～3月 10:30～11:30 (1時間) / 回 【場所】 協和ウイング白馬 多目的室 他 ※会場についてはお問合せ下さい	【1回】 1,000円 【4回チケット】 3,200円
山本 080-2213-6849		
ポニーメンテナス 〈15名〉 New 筋トレや自重トレーニングで体幹の強化をし、ヨガやストレッチで心と身体の柔軟性を高め、疲れにくく、若々しい姿勢を手に入れましょう！ 全3回シリーズで行いますが、シリーズに関係なく参加も可能です一緒に体を動かしましょう。	毎週木曜日 5月～12月 18:00～19:00 (1時間) / 回 【場所】 協和ウイング白馬 多目的室 北部トレセン 多目的室	全3シリーズ (各10回) 【1シリーズ】 7,000円 【1回】 1,000円
前田 090-1673-4770		
大人HIPHOPクラス 〈15名〉 どなたでも楽しんでいただけるhiphopのクラスです！初めての方でも基礎からゆっくりレッスンしています。Hiphopは難しいイメージですがとにかく楽しんでいただけます！	5月中旬より毎週金曜日 10:30～11:30 【場所】 協和ウイング白馬 多目的室	【シリーズ10回】 6,000円 【1回】 800円
中澤 080-5025-9624		

指導者随時募集中

スポーツ少年団では、各単位団において子どもたちに指導していただける方を募集しております。得意種目、自薦他薦は問いません。熱意のある方をお待ちしています！

白馬アクティブスポーツクラブ (旧白馬かけっこクラブ)

当クラブは、小学生は季節限定で運動遊びを中心に活動し、中学生は陸上を軸に他競技にも活かせるトレーニングを行っています。年代や目的に応じて、無理なく続けられるクラブです。詳細、問い合わせはHP (QRコード) (https://www.c-sqr.net/c/hakuba_asc) からお願いします。

火曜日・木曜日(小学1年~6年) 16:30~17:30
白馬南小学校
水曜日(小学4年~中学生) 16:30~18:00
白馬中学校校庭または協和ウイング白馬
※中学生の活動スケジュールは上記以外もあります。



〈お問い合わせ先〉 松澤 hakuba.asc@gmail.com

白馬マウンテンバイククラブ

競技会参加や体力と技術の向上を目指して真剣にMTBを頑張りたい中高生向けのクラブです。週4回(火、水、土、日)の練習会を村内で開催します。

詳しくはWEBサイトをご確認ください。hakubambt.com

毎週火曜日・水曜日 16:30~18:00
毎週土曜日・日曜日 9:00~11:00
白馬岩岳・中学校周辺・白馬村各所



〈お問い合わせ先〉 原 (0261-75-2895)

開拓使館

開拓使館では剣道を学ぶことを通じて礼儀や返事、姿勢や立ち振る舞いなど身につけることができるよう、きびしさの中でも楽しく稽古をしています。稽古の他に年1度のクラブ祭や合宿も行っています。また、剣道で学んだ技や心を試す為、県内外の大会にも積極的に参加しています。ぜひ一度、お楽しみ体験会にいらして下さい。お待ちしております。

毎週月曜日・金曜日 19:00~20:30(年長・低学年は20:00まで)
協和ウイング白馬アリーナ・白馬南小学校

〈お問い合わせ先〉 笹川 (090-2726-6242)

白馬アラグランデFC

アラグランデFCは、日本サッカー協会の理念と同じサッカーを通じて豊かなスポーツ文化を創造し、人々の心身の健全な発達と社会の発展に貢献したいと考えております。ぜひ私たちと心身を動かし、心を動かし、大切なものをたくさん見つけていきましょう。

火曜日・木曜日 17:30~19:00 【キッズ(年中・年長)】
水曜日 16:00~ 金曜日 16:30~17:30
土曜日・日曜日 9:00~ 北部トレセン アリーナ
北部グラウンド・南部グラウンド

〈お問い合わせ先〉 八木 (090-8527-4955)

白馬ジュニアバドミントンクラブ

白馬中バドミントン部の生徒が経験豊かなコーチ達の指導の下、週2回の活動をしています。基礎体力をつける事から始め、様々な大会にも積極的に参加し、技術向上を目指しています。

毎週火曜日 19:00~20:30 協和ウイング白馬
毎週土曜日 18:30~20:30 協和ウイング白馬
※スケジュールは変更になる場合がございます。

〈お問い合わせ先〉 下川 (090-5337-8118)

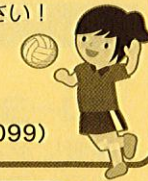


SNOW KIDS (スノーキッズ)

団結26年になるバレーボールチームです。仲間を大切に一緒に楽しくバレーボールをしませんか？私たち指導者は、勝つことよりも生涯を通して、バレーボールが好きになる子どもたちを指導していきたいと思っているバレーボール愛好家団体です。気軽に練習を見に来て下さい！

毎週水曜日・金曜日
19:00~21:00(小学生は20:30まで)
村内体育館

〈お問い合わせ先〉 芳沢 (090-2228-8099)



白馬トランポリンクラブ

トランポリンの基本ジャンプから1回宙返り・2回宙返りの技の指導も行っています。競技クラスの子供達には自分で目標を設定させ、目標に向かった練習をコーチがサポート、バジテストクラスの子供達はバジテスト1級を目指して基本技を練習します。随時体験も行っていますので、気軽に覗いてみて下さい。

毎週月曜日・木曜日 16:20~19:30
源太郎ジム(みそら野大通り、最上部)

〈お問い合わせ先〉 永井 (070-1045-0881)



白馬JBB「竜神」(軟式野球)

白馬村と小谷村の小学生1年生~6年生対象の軟式野球チームです。公式戦1勝目指して練習中。チームワークのいいチームです。男女問わず部員募集中！まずは、キャッチボールから。

5月~11月上旬までの
毎週水曜日 15:30~17:30
北小・南小グラウンド・飯森グラウンド(白馬村)
毎週土曜日 9:00~12:00
南部グラウンド・千國グラウンド(小谷村)

〈お問い合わせ先〉 下川 (090-3149-4053)



白馬ベースボールクラブ(軟式野球)

中学生の軟式野球で活動しています。現在は団員が少なく「大北野球クラブ」(大北地域中学校4校)の合同チームで活動しています。合同チームならではの、色々な地域の仲間と一緒に活動しましょう。

〈お問い合わせ先〉 畠山 (090-9825-8996)



白馬リトルリーグ(硬式野球)

野球の楽しさを体感しながら、野球の技術・礼儀・集団行動など人間的成長を目指しています。選手それぞれ成長のスピードは異なり、野球選手として花が開くタイミングもそれぞれと考えます。将来を見据えて技術と知識を習得できるように指導しています。

〈お問い合わせ先〉 滝沢 (090-8843-6696)



白馬アスレチッククラブ

小学生を中心に陸上競技の「走る・飛ぶ・投げる」の楽しみを学び、多数の陸上競技、駅伝、マラソン大会にチャレンジし、子どもの頃に最も重要な「脳の開発」と「健全な体と心の育成」を願い指導しています。

〈お問い合わせ先〉 太田 (090-4592-8304)



白馬陸上競技協会

当協会は50年間活動してきました。競技会では長野県実業団大会で総合優勝や各駅伝大会にて優勝回数、個人では箱根駅伝エース区間の花の2区を走破した花岡君(東海大学)はじめとする多数の実績もあります。運動の基本「走る・飛ぶ・投げる」を初心者から練習します。何時でも体験できますので皆さんのご参加をお待ちしております。

〈お問い合わせ先〉 太田 (090-4592-8304)



白馬村ソフトボール連盟

合言葉は「生涯現役」。37歳以上を対象に、競技としての楽しさはもちろん無理なく体を動かし仲間と笑いながら長く続けられるスポーツ環境を目指します。白馬のグリーンシーズンは、自然の中で体を動かすのに最適な季節です。ソフトボールをきっかけにした交流も大きな魅力のひとつです。経験は問いません。「久しぶりに体を動かしたい」「白馬で新しい仲間と出会いたい」そんな方のご参加を、心よりお待ちしております。

リーグ戦: 5月~7月 5:30~6:30
トーナメント戦: 春・秋 土日・祝日
北部グラウンド及び南部グラウンド

〈お問い合わせ先〉 林 (090-4729-0877)

早起き野球白馬リーグ

日々の運動不足解消をすとも野球を楽しむ事を通じ、他業種の人達と交流を深める。5月連休明けから約4ヶ月間にわたり週2試合ペースで朝5時頃より試合を行っています。早朝より白熱した試合が行われています。若手からベテランが登録し皆で野球を楽しむことが白馬リーグの特徴です。興味を持たれた方は気軽にご連絡ください。

5月~9月 AM5:00~AM7:00
北部グラウンド

〈お問い合わせ先〉 館下(たちした) (080-4040-8043)



白馬ミニバレーボール同好会

ミニバレーボールは柔らかいボールを使用した9人制のバレーボールです。未経験でも楽しむことができ、現在8チーム約110名で活動しています。シーズンを通してのリーグ戦、夏季、秋季大会を開催しています。練習は各チーム毎週1回程度行われています。お気軽にご連絡下さい。

練習は各チーム毎
リーグ戦: 4月~10月(日曜日)
19:30~21:30 B&G体育館
夏季・秋季大会 協和ウイング白馬アリーナ

〈お問い合わせ先〉 丸山 (090-3143-5936)



白馬村ゲートボール同好会

ゲートボールは5人組で2チームに分かれ、各自が自球を打って3つのゲートを順次くぐらせ、コート中央のゴールボールに当てる競技です。途中、自チームが有利に進行するようボールの打撃に工夫のいるゲームです。冬期も室内でオールシーズン楽しめるスポーツです。お気軽に連絡ください。

春・夏・秋/岳の湯前コート
毎週月曜日・金曜日 9:00~15:00
冬/岳の湯前アリーナ室内コート
毎週月曜日・金曜日 9:00~15:00

〈お問い合わせ先〉 伊藤 (070-9193-5062)



白馬テニス協会

テニス協会は、村内を中心に約130名の会員が在籍、8サークルの硬式テニスクラブが登録しており、各サークルがほぼ毎日、練習日を設定して活動。4月中旬から11月末までの期間で、春や秋には初心者でも参加できるお楽しみ大会も開催しています。初心者から上級者まで、小学生からベテランまで、テニスは生涯スポーツとして白馬村に根付いています。

4月中旬~11月下旬まで
グリーンスポーツの森テニスコート
神城テニスコート

〈お問い合わせ先〉 金井 (090-3349-7623)



白馬サッカー連盟

サッカー・フットサルを通して楽しい仲間づくりをしたいと思っています。未経験の方や初心者の方でも気軽に練習に参加していただけますので、ぜひ一度見に来て体験してください。練習はミニゲームが中心ですので一緒にボールを蹴って日頃の運動不足やストレスを解消しサッカーを楽しみましょう！40歳以上のシニア、レディースもありますのでシニアや女性の方の参加も大歓迎です！※グラウンド・アリーナの状況や大会等で曜日や時間の変更となる場合もあります。詳しくはお問合せください。

毎週水曜日 5月~11月 北部グラウンド 〈お問い合わせ先〉
19:00~21:00 12月~4月 協和ウイング白馬アリーナ 柴田 (090-1736-2212)

白馬村水泳協会

ベビーから高齢者まで、水慣れ・呼吸法・基本動作、泳法習得の水泳教室と、水中でリラックスしながら水の優しい抵抗を利用して全身運動が出来る水中運動を開催しています。定期的に「水辺の安全教室」「防災教室」を開催し、楽しく安全に水と親しみ体力向上ができるよう、こころとからだの「健康づくり」を応援していきます。新たなイベント開催等、より多くの方に水と親しんで頂きたいと考えています。

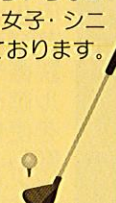
白馬村 B&G海洋センター 営業期間中 白馬村 B&G プール
休館日: 月曜日 ※詳しくは白馬村 HPをご覧ください。 (0261-72-5665)

〈お問い合わせ先〉

白馬ゴルフクラブ

ゴルフは年齢や性別を問わず楽しめるスポーツです。「ルールとマナーと思いやり」をモットーに、技術向上を目指し月に一度いろいろなゴルフ場に向いてプレーを楽しんでいます。また男子・女子・シニア中信地区の予選会を経て、長野県の競技会にも参加しております。お気軽にお声掛けしてください。

4月~11月 月に一度 〈お問い合わせ先〉
各ゴルフ場にて 稗田 (090-3062-3550)



白馬村マレットゴルフ連盟

交流・親睦の輪を広げ、健康の増進を図り、地域に貢献することを目的とし平成14年に発足。今年は130名の登録者が構成されています。白馬グリーンスポーツの森会場を拠点に、県下各地区との交流も盛んで、多くの大会に参加しています。各地区には支部長さんがいますので、お気軽に声掛けしてください。皆様のご参加をお待ちしています。

4月中旬~11月
8:00~17:00 練習は随時(日曜日~土曜日)
白馬グリーンスポーツの森 マレットゴルフ場
〈お問い合わせ先〉 武田 (090-8753-2125)

白馬村パワーリフティング協会

パワーリフティング競技を通じて一般の方はもちろん小中学生、高齢者の体力向上を行い、疲れづらい体を作っています。また、スキー・スノーボード等のスポーツの運動機能向上にも繋がります。白馬村大会・長野県大会・国体・全日本等の大会に参加し、一緒に世界を目指してみませんか。是非一度やってみてください。お気軽にご連絡お待ちしております。

チームレスキュー トレーニングジム
〈お問い合わせ先〉 沖浦 (090-4292-4401)



白馬村スローピッチソフトボール

高齢者の運動不足解消するために、毎週飯森グラウンドで練習しています。ソフトボールと似ていますが、安全のために改良したルールとなっております。練習の成果は全国大会等で確認しています。60歳以上の方男女問わず興味ある方は連絡ください。

(春~秋) 土曜日 15:00~17:00
飯森グラウンド
(冬期間) 金曜日 14:00~16:00
大町市屋内練習場
〈お問い合わせ先〉 池田 (0261-72-3177)

