



松本市
松本市教育委員会

地域クラブガイド ～スポーツ編～

バドミントン

上級

中級

初級



山鳩クラブ(愛称:山鳩B.C)



バドミントン競技を通じて、ジュニア期の向上心を育み、仲間と協力する楽しさを学びます。技術の向上だけでなく、礼儀やチームワークの大切さを大事にしながら、一人ひとりの成長をサポートします。

エリア 松本市内

活動場所 旭町小学校

活動日時
月 19:00～21:00
土 13:00～16:00

募集学年 小学生・中学生

性別 男女どちらでも

費用 入会金 1,000円 / 月 3,000円

クラブ員数 12 人

大会 長野県小学生バドミントン連盟、中体連大会

中体連 有

指導者数 3 人

指導者資格
日本スポーツ協会
バドミントンコーチ1 1 人
日本バドミントン協会
審判3級 3 人

保険加入 スポーツ安全保険
年800円

指向 レク・競技志向

加入要件 無

ホームページ <http://yamabado.blog35.fc2.com/>

連絡先 内田

電話 09035640788

メールアドレス uchida_akiarp@yahoo.co.jp

剣道

上級

中級

初級

山形村剣道クラブ



素振り・基本打突・形稽古など基本の習得を中心に据えつつ、応用・試合稽古も取り入れ、「正しい基本で勝つ」ことを目標に、「己に勝つ」稽古を心掛けています。

エリア 中信地区全般

活動場所 山形村農業者トレーニングセンター体育館

活動日時
火・木 19:30～21:00
水 20:00～21:30
土 16:30～19:00

募集学年 小学生・中学生

性別 男女どちらでも

費用 入会金 0円 / 月 1,000円

クラブ員数 9 人

大会 中体連大会・市民大会

中体連 有

指導者数 7 人

指導者資格
教士七段
剣道 1 人
五段
剣道 1 人
三段
剣道 4 人
二段
剣道 1 人

保険加入 スポーツ安全保険
年1,500円

指向 レク・競技志向

加入要件 無

ホームページ なし

連絡先 北原

電話 08081017703

メールアドレス ykita@shopping4.gmob.jp

地域クラブガイド ～スポーツ編～

バスケットボール

中級
初級

SYP (Shonan Yellow Peace)



あいさつや礼儀なども大切にしながら、バスケットボールの基本の技術から指導者が丁寧に指導しているので、始めたばかりの中学生でも安心して参加できます。

エリア	松本全域（南部が中心）	
活動場所	寿台体育館	
活動日時	月	金
	19:00～21:00	19:00～21:00
	土・日どちらか	
	9:00～12:00、13:00～16:00など	
募集学年	中学生のみ	
性別	女性のみ	
費用	入会金 2,200円 / 月 3,000円	
クラブ員数	22 人	
大会	リーグ戦、各種カップ戦、U15選手権	
中体連	有	
指導者数	5 人	
指導者資格	日本バスケットボール協会 公認C,Dコーチ 4 人	
保険加入	スポーツ安全保険 年800円	
指向	競技志向	
加入要件	無	
ホームページ	なし	
連絡先	中村	
電話	08011838884	
メールアドレス		

バドミントン

上級
中級
初級

バドミントンクラブすどう塾



すどう塾のモットーは、「元気で正直で一生懸命」。スポーツの競技ルールを理解する事で、社会のルールを守る事を学びます。

エリア	松本市市内または市外地域	
活動場所	里山辺体育館 他	
活動日時	月	水
	19:00～21:00	19:00～21:00
	土	
	9:00～12:00	
募集学年	小学生・中学生	
性別	男女どちらでも	
費用	入会金 6,000円 / 月 9,000円	
クラブ員数	30 人	
大会	中体連大会、バドミントン協会大会	
中体連	有	
指導者数	19 人	
指導者資格	日本スポーツ協会 公認コーチ3	1 人
	日本スポーツ協会 公認コーチ2	2 人
	日本スポーツ協会 公認コーチ1	8 人
保険加入	スポーツ安全保険 年800円	
指向	競技志向	
加入要件	無	
ホームページ	https://sudoku.jimdoweb.com/	
連絡先	須藤	
電話	08069365734	
メールアドレス	s.s.c@jun.so-net.jp	

地域クラブガイド ～スポーツ編～

バスケットボール

上級

中級

初級

AttractThere's



バスケットを通じて、人間性を育むと共に、全員で目標に向かって切磋琢磨しています。オンザコートでは真剣に。コートを出たらみんな楽しく仲良く楽しく活動しています。

エリア 松本市内学校

活動場所 鎌田中学校 他

活動日時	月	水
	19:00～21:00	19:00～21:00
	木	土
	19:00～21:00	17:00or18:00～20:00or21:00

募集学年 中学生のみ

性別 男性のみ

費用 入会金 0円 / 月 5,000円

クラブ員数 33 人

大会 Jr. ウインター、クラブ選手権 等

中体連 無

指導者数 4 人

指導者資格 JBA公認コーチライセンス
C級、D級 3 人

指導者資格

保険加入 スポーツ安全保険
年800円

指向 競技志向

加入要件 有

ホームページ attract.u15 (Instagram)

連絡先 市川

電話 08026076409

メールアドレス rudys570606@icloud.com

バスケットボール

上級

中級

初級

GREEN WEEDS



バスケットボールを通して、自ら考え行動し、自らを高められる選手に成長できる、学びの場を目指しています。バスケットボールが大好きでやる気のある子ども達、集まれ!!

エリア 中信地区

活動場所 芝沢小学校

活動日時	火	金
	19:00～21:00	19:00～21:00
	土	
	16:00～19:00	

募集学年 小6～中3

性別 女性のみ

費用 入会金 10,000円 / 月 1,500円

クラブ員数 14 人

大会 U15選手権大会、U15クラブ選手権大会、リーグ戦

中体連 無

指導者数 4 人

指導者資格 JBA公認
C級コーチ 2 人

指導者資格

保険加入 スポーツ安全保険
年800円

指向 競技志向

加入要件 無

ホームページ <https://www.instagram.com/gre.enweeds/profilecard/?igsh=MXN4Zmp1MjgzZG11bA==>

連絡先 島崎

電話 08069373246

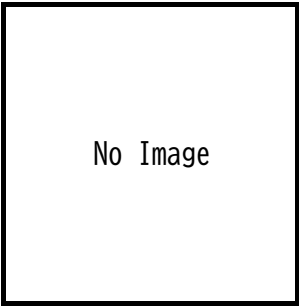
メールアドレス totoro.may06@icloud.com

地域クラブガイド ～スポーツ編～

陸上競技

中級

W-run



中長距離選手のみとなります。人数の制限がありますのでご了承ください。

エリア	松本市(近隣含む)		
活動場所	岡田陸上競技場		
活動日時	水		
	19:00～20:30		
募集学年	中学生のみ		
性別	男女どちらでも		
費用	入会金	0円 / 月	5,000円
クラブ員数	25 人		
大会	特になし		
中体連	無		
指導者数	1 人		
指導者資格	日本スポーツ協会公認		
	スタートコーチ	1 人	
指導者資格			
保険加入	東京海上日動火災		
	年3,000円程度		
指向	競技志向		
加入要件	有		
ホームページ	なし		
連絡先	杉村		
電話	09046104472		
メールアドレス	sugi_33@yahoo.ne.jp		

バスケットボール

上級

中級

初級



S. Basketball Club (S.B.C)



元気で人間性も素晴らしい選手たちが、全力で練習に取り組んでいます。全国経験のあるコーチが、県内外から学び、人間性の育成にも力を入れています。練習費はチケット制。

エリア	県内全域		
活動場所	菅野中		
活動日時	月	火	
	19:00～21:00	19:00～21:00	
	水	金	
	19:00～21:00	19:00～21:00	
募集学年	小学生・中学生		
性別	男女どちらでも		
費用	入会金 5,000円 / 月 0円		
クラブ員数	50 人		
大会	Jr. ウインター、クラブ選手権、リーグ戦		
中体連	無		
指導者数	4 人		
指導者資格	JBA公認コーチ		
	B級	1 人	
	JBA公認コーチ		
	C級	1 人	
	JBA公認コーチ		
	E級	2 人	
	JBAジュニアエキスパート		
	高度で専門的な内容を指導する資格	1 人	
保険加入	スポーツ安全保険 年800円		
指向	競技志向		
加入要件	有		
ホームページ	https://sites.google.com/view/sbc-basketball-non/home?fbclid=PAZXh0bgNhZW0CMTEAAabF6B3S-		
連絡先	篠田		
電話	09029082365		
メールアドレス	sbc.shinoda55@gmail.com		

地域クラブガイド ～スポーツ編～

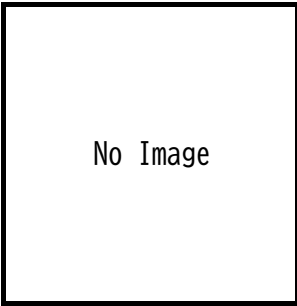
バスケットボール

上級

中級

初級

八幡原籠球倶楽部 (Black Jokers/Red Phoenix)



2024年4月から活動しています。バスケットボールを始めたい初心者～技術をもっと磨きたい経験者まで、競技を通じて心・技・体を養ってもらえる場所を造っています。

エリア	中信地区	
活動場所	芳川小学校 他近隣体育館	
活動日時	日	金
	14:00～17:00	19:00～21:00
	土	19:00～21:00
募集学年	小学生・中学生	
性別	男女どちらでも	
費用	入会金 12,000円 / 月 2,000円	
クラブ員数	12 人	
大会	Jr. ウインター、長野県U15クラブバスケットボールクラブ選手権大会	
中体連	無	
指導者数	15 人	
指導者資格	JBA公認コーチ C級	2 人
	JBA公認コーチ D級	5 人
	JBA公認コーチ E級	6 人
	JBA公認審判ライセンス B級	1 人
保険加入	スポーツ安全保険 年800円	
指向	競技志向	
加入要件	無	
ホームページ	なし	
連絡先	下田	
電話	080-1000-5674	
メールアドレス	beat-crazy.mosa1019@dream.jp	

バレーボール

上級

中級

初級



VC MAST



経験豊富な指導者と近年のバレーボール技術を学んだフレッシュな若い女性指導者がタッグを組み、基礎技術から試合戦術まで楽しく学ぶことができます。

エリア	松本市全域および松本市周辺市町村	
活動場所	鎌田小学校体育館	
活動日時	月、金	土
	19:00～21:00	17:00～21:00
募集学年	小6～中3	
性別	女性のみ	
費用	入会金 3,000円 / 月 4,000円	
クラブ員数	30 人	
大会	全国ヤングクラブバレーボール大会、長野県ヤングクラブバレーボール連盟 夏季・冬季リーグ戦	
中体連	無	
指導者数	5 人	
指導者資格	日本スポーツ協会公認バレーボールコーチ2	1 人
	日本スポーツ協会公認バレーボールコーチ1	3 人
	日本スポーツ協会公認アシスタントクラブマネ	1 人
保険加入	スポーツ安全保険 年800円	
指向	競技志向	
加入要件	無	
ホームページ	https://www.instagram.com/vcmast_young/profile card/?igsh=aDV30WF6Z3V5YnFp	
連絡先	高山	
電話	09044421477	
メールアドレス	a.takayama@ezweb.ne.jp	

地域クラブガイド ～スポーツ編～

バスケットボール

上級

中級

初級



Always



バスケットボールを楽しみながら、常に成長を目指すクラブチームです。
初心者から経験者まで誰もがプレーする喜びを感じ、スキルを磨ける場所を提供します。

エリア 松本（山形・朝日村）、塩尻、安曇野

活動場所 高綱中学校

活動日時 水 第2・4木
17:00～19:00 19:00～21:00
土・日/祝
午前または午後

募集学年 小6～中3

性別 女性のみ

費用 入会金 1,000円 / 月 3,000円

クラブ員数 12 人

大会 中体連大会、U15リーグ戦、選手権大会

中体連 有

指導者数 1 人

指導者資格 JBA公認
C級審判 1 人
JBA公認
E級コーチ 1 人

保険加入 スポーツ安全保険
年800円

指向 レク・競技志向

加入要件 無

ホームページ <https://www.instagram.com/always.matsumoto.b.b.c/profilecard/?igsh=cT12dWQzbTdmZDc0>

連絡先 武居

電話 09026449465

メールアドレス always.matsumoto.b.b.c@gmail.c

バスケットボール

上級

中級

初級

RISING JAM U15



あなたのスキルを次のステージに導く育成型のクラブです。

エリア 中信地区

活動場所 安曇野市穂高南小学校体育館

活動日時 月・水・木 土・日
19:00～21:00 14:00～18:00

募集学年 中学生のみ

性別 男性のみ

費用 入会金 0円 / 月 0円

クラブ員数 20 人

大会 長野県選手権大会、長野県クラブ選手権大会、BJカップ、各種カップ戦

中体連 無

指導者数 5 人

指導者資格 日本バスケットボール協会
JBA公認 B級 1 人
日本バスケットボール協会
JBA公認 C級 1 人
日本バスケットボール協会
JBA公認 D級 1 人
日本バスケットボール協会
JBA公認 E級 2 人

保険加入 スポーツ安全保険
年800円

指向 競技志向

加入要件 無

ホームページ なし

連絡先 小山

電話

メールアドレス risingjam.u15bbc@gmail.com

地域クラブガイド ～スポーツ編～

バスケットボール

上級

中級

Bullets.



バスケットボールが好きになり、技術及び心身共に成長出来るよう日々全力で練習に取り組んでいます。

エリア 中南信地区

活動場所 信明中学校

活動日時 土 19:00～21:00 日 17:00～20:00

募集学年 小6～中3

性別 男性のみ

費用 入会金 0円 / 月 2,000円

クラブ員数 25 人

大会 Jr. ウィンターカップ・クラブ選手権、等

中体連 無

指導者数 3 人

指導者資格 JBA公認コーチ
C級コーチ 1 人
JBA公認コーチ
D級コーチ 2 人

保険加入 スポーツ安全保険
年800円

指向 競技志向

加入要件 有

ホームページ https://www.instagram.com/bullets._u15_basketball?igsh=YTZjaGp0c3V5b3By&utm_source=qr

連絡先 深澤

電話 09022213162

メールアドレス motoi.japan@icloud.com

陸上競技

上級

中級

初級



まつもとTFC



部活動に入る予定の皆さんが、出来るだけ部活動に近い環境で活動できるように、練習時間と大会出場のを確保しながら、競技力をつけることを大切に考えているクラブです。

エリア 松本市内

活動場所 梓川中学、鎌田中学、松島中学、針盛中学、山辺中学 他

活動日時 火又は水 17:30～19:30 土 8:00～11:00

募集学年 中学生のみ

性別 男女どちらでも

費用 入会金 0円 / 月 500円

クラブ員数 190 人

大会 中体連大会、松本市民スポーツ大会 等

中体連 有

指導者数 20 人

指導者資格 日本陸上競技連盟、日本スポーツ協会公認
コーチ 1 8 人
日本陸上競技連盟、日本スポーツ協会公認
コーチ 3 1 人

保険加入 スポーツ安全保険
年800円

指向 競技志向

加入要件 無

ホームページ <https://sites.google.com/view/matsumototfc/>

連絡先

電話

メールアドレス matsumototfc832@gmail.com

地域クラブガイド ～スポーツ編～

バスケットボール

上級

中級

初級

西部 GREEN SPUNKYS U15



初心者大歓迎！！経験問わずバスケットが大好きな人集まれ!!目標に向かって楽しい仲間と一緒にバスケットしませんか。見学&体験いつでもOK気軽に遊びに来て下さい。

エリア 松本市、安曇野市、塩尻市、その他

活動場所 波田小学校、ANCアリーナ、豊科南中学校

活動日時 火・金・土日
19:00～21:30

募集学年 中学生のみ

性別 女性のみ

費用 入会金 0円 / 月 3,000円

クラブ員数 22 人

大会 リーグ戦、Jrウインター、全国クラブ大会 等

中体連 無

指導者数 8 人

指導者資格 JBA公認C級コーチ
コーチ、アシスタントコーチ 4 人

指導者資格

保険加入 スポーツ安全保険
年800円

指向 競技志向

加入要件 無

ホームページ https://www.instagram.com/air_hoop

連絡先 高山

電話 090-2647-0624

メールアドレス taka.shimo@bridge.ocn.ne.jp

バドミントン

上級

中級

初級



まつもと城東バドミントンクラブ



中学生からバドミントンを始めたい人を集めたい。少しでも上手になりたい子も大会を勝ち進みたい子にも競技力に合わせた指導が可能な有資格指導者が常駐するチームです。

エリア 松本市およびその近郊

活動場所 岡田体育館他

活動日時 火 17:00～19:00
水 17:00～19:00
土 13:00～17:00

募集学年 小6～中3

性別 男女どちらでも

費用 入会金 6,000円 / 月 6,500円

クラブ員数 18 人

大会 中体連大会、松本市市民祭他

中体連 有

指導者数 6 人

指導者資格 日本スポーツ協会
バドミントンコーチ2 1 人
日本スポーツ協会
バドミントンコーチ1 1 人

指導者資格

保険加入 スポーツ安全保険
年800円

指向 レク・競技志向

加入要件 無

ホームページ <https://matsumoto-joto.jimdofree.com/>

連絡先 伊藤

電話 09077526296

メールアドレス akitsu.326@gmail.com

地域クラブガイド ～スポーツ編～

太鼓

上級

中級

初級

彌磨太鼓



日本伝統芸能「和太鼓」を演奏したい人。身体づくりとして、基礎体力・体幹左右バランス・集中力の向上、運動をしている人に必要なスキルUPを目指したい人も大歓迎。

エリア

山形村・朝日村・松本市

活動場所

山形村農業者トレーニングセンター

活動日時

火曜日・水曜日・木曜日・金曜日
17:00～18:30
日曜日【不定期】
10:00～17:00

募集学年

小学生・中学生

性別

男女どちらでも

費用

入会金 3,000円 / 月 2,000円

クラブ員数

18 人

大会

世界和太鼓打ち比べコンテスト・太鼓祭東日本・北日本大会

中体連

指導者数

1 人

指導者資格

保険加入

スポーツ安全保険
年800円

指向

レク・競技志向

加入要件

無

ホームページ

連絡先

増澤

電話

09051964989

メールアドレス

creator@dearsworks.com

ソフトテニス

上級

中級

初級

朝日ソフトテニスクラブ



基礎→技術→戦術→メンタルを上げて希望者は試合に臨みます。自ら作戦を考え相手の真理を読み戦うゲーム性の高い面白いスポーツです。また北信越大会に進む選手もいます。

エリア

鉢盛中学校区等

活動場所

朝日村テニスコート

活動日時

水曜日 小中学生 土曜日 小学生
19:30～21:30 8:30～12:30
日曜日 全世代
8:30～12:30

募集学年

小学生・中学生

性別

男女どちらでも

費用

入会金 15,000円 / 月 0円

クラブ員数

30 人

大会

新人戦、総合体育大会、市民祭、他

中体連

指導者数

3 人

指導者資格

日本スポーツ協会公認
コーチ 1 人

保険加入

スポーツ安全保険
年800円

指向

レク・競技志向

加入要件

無

ホームページ

連絡先

上條

電話

0902144356

メールアドレス

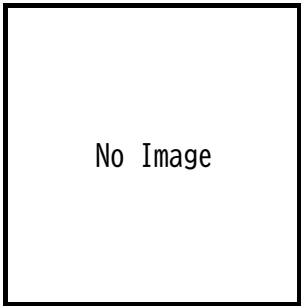
myuto-hiromitsu@docomo.ne.jp

地域クラブガイド ～スポーツ編～

フラダンス

初級

フラサークル



フラはハワイの伝統芸能です。言葉の代わりにハンドモーションであらわします。
ダンスだけではなく、レイを作ったりもします。

エリア	山形村近隣
活動場所	山形村トレーニングセンター
活動日時	水曜日 18:00～19:30
募集学年	中学生のみ
性別	男女どちらでも
費用	入会金 2,000円 / 月 0円
クラブ員数	
大会	今のところなし
中体連	
指導者数	1 人
指導者資格	
保険加入	
指向	レク・競技志向
加入要件	有
ホームページ	
連絡先	瀬川
電話	09060272996
メールアドレス	

太鼓

初級

朝日鉢盛太鼓



和太鼓を通して、日本の伝統文化に触れ、地域の文化活動に参加しています。

エリア	鉢盛中学校
活動場所	朝日村中央公民館講堂
活動日時	水曜日 19:00～20:30 日曜日【不定期】 14:00～15:30
募集学年	小学生・中学生
性別	男女どちらでも
費用	入会金 0円 / 月 0円
クラブ員数	20 人
大会	地域の文化祭等のイベント
中体連	
指導者数	2 人
指導者資格	
保険加入	スポーツ安全保険 年800円
指向	レク志向
加入要件	無
ホームページ	
連絡先	山崎
電話	09024598558
メールアドレス	kappe3919@icloud.com

地域クラブガイド ～スポーツ編～

ラグビー

上級

中級

初級

シャルマン・ラグビー・アカデミー



ラグビーは体格に関わらず誰もが活躍できる場があります。仲間と切磋琢磨し、たくましく、賢くなれます。当クラブは自分も仲間も大切にできる魅力的な人の育成を目指します

エリア 松本市内、安曇野市内、塩尻市内の各

活動場所 山形小学校校庭（体育館）

活動日時 水曜日 金曜日
18:30～20:30 19:00～21:00
日曜日
9:30～12:00

募集学年 小6～中3

性別 男女どちらでも

費用 入会金 5,000円 / 月 2,000円

クラブ員数 15 人

大会 東日本ジュニアジャンボリー大会他

中体連 無

指導者数 4 人

指導者資格 日本ラグビーフットボール協会公認
B級コーチ 1 人
日本ラグビーフットボール協会公認
スタートコーチ 2 人

保険加入 スポーツ安全保険
年800円

指向 レク・競技志向

加入要件 無

ホームページ Instagram:charmant_rugby_academy2024

連絡先 輪湖

電話 08050842662

メールアドレス bumps_beat@yahoo.co.jp

柔道

中級

初級

克己塾



園児～中学生全員で練習を行っているので和気あいあいとした雰囲気です。中学生は黒帯(初段)取得、県大会出場を目指して練習に励んでいます。

エリア 山形村 朝日村 松本市

活動場所 波田体育館 山形村トレーニングセンター 朝日村中央公民館

活動日時 月曜日、火曜日 金曜日
19:30～21:00 19:15～21:15
土曜日
13:30～15:30

募集学年 小学生・中学生

性別 男女どちらでも

費用 入会金 0円 / 月 1,500円

クラブ員数 40 人

大会

中体連 有

指導者数 6 人

指導者資格 全日本柔道連盟
B指導員 CPAP指導員 2 人

保険加入 スポーツ安全保険
年800円

指向 レク・競技志向

加入要件 無

ホームページ <https://ameblo.jp/rchm2995-24/>

連絡先 神農

電話 09023232882

メールアドレス mhcr2995blackcoffee@yahoo.co.jp

地域クラブガイド ～スポーツ編～

バレーボール

上級

中級

初級

VC鉢盛

No Image

チームワークを大切にしながら楽しく活動することをモットーに、基礎から丁寧に練習して大会での勝利を目指します。初心者も経験者も大歓迎！一緒に成長しましょう！

エリア 問わない

活動場所 鉢盛中学校、山形村トレーニングセンター

活動日時 火曜日、木曜日

19:00～21:00

土曜日

18:00～21:00

募集学年 中学生のみ

性別 男女どちらでも

費用 入会金 0円 / 月 0円

クラブ員数

大会

中体連 有

指導者数 3 人

指導者資格 日本スポーツ協会公認
コーチ 1 3 人

指導者資格

保険加入 スポーツ安全保険
年800円

指向 競技志向

加入要件

ホームページ

連絡先 宮城

電話 09075629767

メールアドレス

バドミントン

上級

中級

初級



チーム六等星バドミントンクラブ



「バドミントン」を好きになる。そしてバドミントンを競技スポーツとして行い、学習意欲の向上や責任感、連帯感、互いに協力し合って友情を深めるといった活動を行います。

エリア 中信地域

活動場所 源池小学校 他市内体育館

活動日時 火曜日

19:00～21:00

土曜日

13:00～16:00

募集学年 小学生・中学生

性別 男女どちらでも

費用 入会金 0円 / 月 4,000円

クラブ員数 30 人

大会 中体連大会 バドミントン協会大会 他

中体連 有

指導者数 8 人

指導者資格 日本スポーツ協会
公認コーチ 1 1 人

指導者資格

保険加入 スポーツ安全保険
年800円

指向 レク・競技志向

加入要件

ホームページ <https://www2.hp-ez.com/hp/sixstar/page1>

連絡先 小泉

電話 09014324377

メールアドレス bado_tk9668@yahoo.co.jp

地域クラブガイド ～スポーツ編～

剣道

上級

中級

初級

尚道館養心道場



長野県内でも数少ない、神前を備えた剣道場です。道場訓『百錬剛』の名のもと、心身の鍛錬と、礼を重んじる心を養い、将来を担う青少年の健全育成を目的としています。

エリア 中信地区全域

活動場所 尚道館心道場(松本市桐)

活動日時
火曜日 18:30～20:00
土曜日 17:00～19:00

募集学年 小学生・中学生

性別 男女どちらでも

費用 入会金 3,000円 / 月 3,000円

クラブ員数 19 人

大会 長野県剣道道場連盟・市民大会・中体連大会

中体連 有

指導者数 3 人

指導者資格
六段 剣道 1 人
五段 剣道 1 人
三段 剣道 1 人

保険加入 スポーツ安全保険
年800円

指向 レク・競技志向

加入要件 無

ホームページ <https://shoudokanyoushin.wixsite.com/main/>

連絡先 赤羽

電話 0263-33-1236

メールアドレス cats-style.ck-one@outlook.jp

剣道

上級

中級

初級

宏道館 (居合道)



日本刀を用いて敵に対する技術を形稽古し、心身を鍛え人間として成長することを目的としています。中学生～80歳の高齢者まで、各自の都合・体力に応じて稽古しています。

エリア 主に中信地区

活動場所 山形村

活動日時
都合の良い日を相談
都合の良い時間を相談

募集学年 小6～中3

性別 男女どちらでも

費用 入会金 0円 / 月 3,000円

クラブ員数 18 人

大会 長野県居合道大会、東京/新潟等県外の居合道大会

中体連 無

指導者数 2 人

指導者資格
居合道 七段 1 人
教士 1 人
居合道 七段 1 人
錬士 1 人

保険加入 個人で対応 要望により団体加入します

指向 レク・競技志向

加入要件 無

ホームページ <http://wadakodokan.blog.fc2.com/>

連絡先 北原

電話

メールアドレス wadakodokan@gmail.com

地域クラブガイド ～スポーツ編～

バレーボール

上級

中級

初級



VC-WEST



経験者も、初心者も。充実した練習と丁寧な指導が自慢のクラブチーム。仲間を想い、仲間のためにベストを尽くす！チームスポーツの素晴らしさを実感できるクラブです。

エリア	松本市・塩尻市・安曇野市		
活動場所	波田体育館		
活動日時	月曜日	水曜日	
	19:00～21:00	19:00～21:00	
	金曜日	土曜日	
	19:30～21:30	18:00～21:00	
募集学年	小6～中3		
性別	女性のみ		
費用	入会金	0円 / 月	0円
ラブ員数	15 人		
大会	中体連各大会・ヤングカップ県大会・ヤングリーグ戦(夏季・		
中体連	有		
指導者数	5 人		
指導者資格	日本スポーツ協会公認		
	コーチ1	5 人	
	日本バレーボール協会		
	C級審判員	5 人	
保険加入	スポーツ安全保険		
	年800円		
指向	競技志向		
加入要件	無		
ホームページ	https://www.instagram.com/vc_west?igsh=MXBpZmliXpINDybw%3D&utm_source=		
連絡先	赤堀		
電話	09088531064		
メールアドレス	vc.west2022mtmt@gmail.com		

バドミントン

上級

中級

初級

shallow river



小学生～高校生対象、初心者も経験者も大歓迎！基礎から実戦テクニックまで、楽しく学びながら上達しませんか？運動が苦手でも大丈夫！経験豊富なコーチが丁寧に指導します

エリア	安曇野～松本市周辺地域		
活動場所	エクセラン高校体育館または富士電機体育館		
活動日時	水曜日、金曜日(隔週で月曜日も実施)		
	18:30～21:00		
募集学年	小学生・中学生		
性別	男女どちらでも		
費用	入会金 5,000円 / 月 3,000円		
クラブ員数	14 人		
大会	松本市の大会や安曇野市の各大会に参加したり、中体連の大会・高体連の大会にも出場している。		
中体連	有		
指導者数	2 人		
指導者資格	日本スポーツ協会公認バドミントン コーチ1		
	バドミントン コーチ1		1 人
保険加入	スポーツ安全保険		
	年800円		
	競技志向		
	有		
ホームページ	浅川		
	08048102776		
メールアドレス	kh.asakawa.stg@excellent.ed.jp		

地域クラブガイド ～スポーツ編～

サッカー

上級

中級

初級

特定非営利活動法人松本山雅スポーツクラブ サッカースクール

No Image

ミニゲームを中心としたトレーニングの中で、中学生年代に必要なサッカーの原理原則を身に付けることを目指します！
仲間と一緒にたのしくサッカーをしよう！

エリア

通える地域の中学生

活動場所

かりがねサッカー場

活動日時

月曜日（中学生クラス）
19:10～20:20

募集学年

中学生のみ

性別

男女どちらでも

費用

入会金 5,720円 / 月 5,500円

クラブ員数

大会

大会出場は無し

中体連

無

指導者数

2 人

指導者資格

JFA/B級コーチ
メインコーチ 1 人

保険加入

スポーツ安全保険
年800円

指向

レク・競技志向

加入要件

無

ホームページ

<https://yamaga-sportsclub.com/>

連絡先

特定非営利活動法人松本山雅スポーツクラブ

電話

0263885523

メールアドレス

軟式野球

上級

中級

初級

松本サザンベースボールスクール（MSBS）



初心者から経験者まで安心して楽しく全力で野球ができる環境に自信があります。経験豊富で実績のある有資格者が選手ファーストで指導し、保護者負担は最小限にしています。

エリア

信明・菅野・鉢盛中学校区（松本南部・山形村・朝日村）

活動場所

各中学校

活動日時

火・木・金
放課後
土・日
8:30～12:00

募集学年

中学生のみ

性別

男女どちらでも

費用

入会金 0円 / 月 2,000円

クラブ員数

40 人

大会

中体連 軟式野球連盟 他

中体連

有

指導者数

7 人

指導者資格

日本スポーツ協会公認スポーツ指導者
軟式野球コーチ 3 2 人
BFJ公認野球指導者
基礎 I U-15 2 人
BFJ公認野球指導者
基礎 I U-12 1 人

保険加入

スポーツ安全保険
年1,000円

指向

競技志向

加入要件

無

ホームページ

連絡先

菅野中学校（鋤塚）

電話

0263-58-2056

メールアドレス

地域クラブガイド ～スポーツ編～

軟式野球

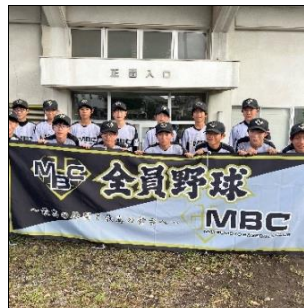
上級

中級

初級



M. B. C. (松本ベースボールクラブ)



野球に興味はあるけど
やったことなく
て・・・という方でも
大丈夫！！基礎から身
に付け、どんどん試合
に出て経験を積むこと
ができます。皆と楽し
く成長していきましょ
う！

エリア

松本市南東部エリアにて活動

活動場所

筑摩野中学校・開成中学校

活動日時

月・火・木

16:30～18:30

土曜日

8:30～11:30

募集学年

中学生のみ

性別

男女どちらでも

費用

入会金 0円 / 月 3,000円

クラブ員数

16 人

大会

中体連の大会、軟式野球連盟の大会、松本市主催スポーツ大会等

中体連

有

指導者数

4 人

指導者資格

BFJ公認野球指導者 基礎I U-15
コーチ 2 人

保険加入

スポーツ安全保険
年1,450円

指向

競技志向

加入要件

無

ホームページ

<https://matsumoto-baseballclub.localinfo.jp/>

連絡先

水城

電話

09096649693

メールアドレス

mbc.matsumoto.baseball.club@gmail.com

卓球

上級

中級

初級



LINKS



誰でも来たい時に来て卓
球を楽しむことができます。
指導者は少ないからこ
そ、みんなで楽しみなが
ら上達していきましょう。

エリア

松本市内

活動場所

旭町中学校柔剣道場

活動日時

月・金

19:00～21:00

土または日曜日

19:00～21:00

募集学年

小3～中3

性別

男女どちらでも

費用

入会金 0円 / 月 0円

クラブ員数

35 人

大会

卓球連盟主催大会、他団体主催大会 等

中体連

有

指導者数

2 人

指導者資格

日本スポーツ協会公認
スタートコーチ 1 人

保険加入

スポーツ安全保険
年800円

指向

レク・競技志向

加入要件

無

ホームページ

<https://npolinksmatsumoto.studio.site/>

連絡先

羽二生

電話

08051460889

メールアドレス

kurimika.14w2618@gmail.com

地域クラブガイド ～スポーツ編～

テニス

初級

松本テニス部（ラッキーズ）



体験～普及レベルで硬式テニスを楽しめる人口が増える事を願って活動する地域移行の部活動の一つです。道具が用意されていて、3ヶ月無料体験後に目的を自由に選べます。

エリア

松本周辺地区

活動場所

エムスタイルテニスアカデミー松本インター校 他

活動日時

火曜日

19:15～20:30

土曜日

7:00～8:15

募集学年

中学生のみ

性別

男女どちらでも

費用

入会金 0円 / 月 4,000円

クラブ員数

人

大会

希望者のみ 長野県テニス協会主催大会 他

中体連

有

指導者数

4 人

指導者資格

日本スポーツ協会公認
コーチ 3 1 人
日本スポーツ協会公認
コーチ 1 2 人

保険加入

スポーツ安全保険
年800円

指向

レク志向

加入要件

有

ホームページ

<https://www.mstyle-tennis.jp/tennisbu>

連絡先

斉藤

電話

メールアドレス

tennisbu@mstyle-tennis.jp

卓球

上級

中級

初級



卓球スタジオすまいる



専用の練習場で全体練習の他に個人練習も可能。マンツーマン指導もでき、それぞれのレベルに応じて目標に向けて細かな指導もできます。

エリア

松本市内

活動場所

卓球スタジオすまいる

活動日時

月 木 金

17:30～18:30（初級者） 19:00～21:00（中上級者）

土曜日

9:30～11:30（初級者） 13:00～15:00（部活がない生徒対象）

募集学年

小学生・中学生

性別

男女どちらでも

費用

入会金 5,000円 / 月 5,000円

クラブ員数

10 人

大会

卓球連盟主催の大会、各種オープン大会、中体連の大会

中体連

有

指導者数

3 人

指導者資格

日本スポーツ協会
公認コーチ 1 1 人

保険加入

スポーツ安全保険
年800円

指向

競技志向

加入要件

有

ホームページ

連絡先

鎮西

電話

080-4618-7010

メールアドレス

takkyu.studio.smile@gmail.com

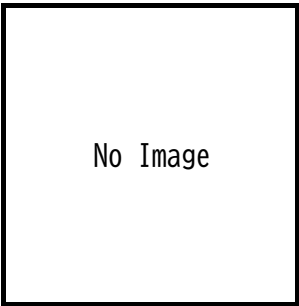
地域クラブガイド ～スポーツ編～

バスケットボール

上級

中級

Bullets.



全力で練習に取り組
み、日々の最長に繋げ
ています。

エリア 長野県

活動場所 信明中学校

活動日時

土日

17:00～20:00

募集学年

小6～中3

性別

男性のみ

費用

入会金 円 / 月 3,000円

クラブ員数

30 人

大会

Jr. ウインターカップ クラブ選手権、等

中体連

無

指導者数

4 人

指導者資格

JBA公認C級コーチ 1 人

JBA公認D級コーチ 1 人

JBA公認C級審判 2 人

保険加入

スポーツ安全保険
年800円

指向

競技志向

加入要件

有

ホームページ

連絡先

深澤

電話

09022213162

メールアドレス

motoi.japan@icloud.com

サッカー

上級

中級

初級



FC 松本Norte United



サッカーを通し、中学生
として身に付けるべき判
断力や行動力、人間性を
高める。
仲間とともに互いを向上
させ、集団としての生き
方を学ぶことを大切に活
動しています。

エリア

松本市

活動場所

旭町中、山辺中

活動日時

平日

部活動の時間

土日

8:00～10:00 (試合・大会等により変更あり)

募集学年

中学生のみ

性別

男女どちらでも

費用

入会金 5,000円 / 月 3,500円

クラブ員数

60 人

大会

中体連大会、ユースリーグ (県リーグ、中信リーグ)、各種大会 (AFC杯、copa de roda等)

中体連

有

指導者数

4 人

指導者資格

日本サッカー協会公認B級

監督 1 人

日本サッカー協会公認A級U-15

コーチ 1 人

日本サッカー協会公認C級

コーチ 2 人

保険加入

スポーツ障害保険
年800円

指向

レク・競技志向

加入要件

無

ホームページ

連絡先

小沼

電話

08010448169

メールアドレス

fcmatsumoto.norte@gmail.com

地域クラブガイド ～スポーツ編～

バレーボール

中級

初級



VC. 松南VIVACE



2025年3月にクラブ発足。ほとんどのメンバーが現在部活に入しながら、当クラブに通っています。(部活併用での入会可) 会費500円/回。まずは一度お試しを^^

エリア 松本市全域

活動場所 芳川体育館 島立小学校

活動日時 月曜日
19:00～21:00
第1 第3 第5 火曜日
19:00～21:00

募集学年 中学生のみ

性別 男性のみ

費用 入会金 2,000円 / 月 円

クラブ員数 15 人

大会 検討中

中体連

指導者数 4 人

指導者資格 日本スポーツ協会公認
コーチ1 1人
日本スポーツ協会公認
スタートコーチ 1人

保険加入 スポーツ安全保険
年800円

指向 レク・競技志向

加入要件 無

ホームページ

連絡先 伊藤

電話 09041610919

メールアドレス mmk2142@yahoo.co.jp

陸上競技

上級

中級

初級

Mt. Rex TRACK CLUB



陸上競技の基礎からしっかりと指導いたします。

エリア 松本市内外どこでも対象

活動場所 やまびこドーム 岡田ウォーターフィールド

活動日時 水曜日
19:00～21:00
木曜日 土曜日
19:00～21:00 16:00～18:00

募集学年 小学生・中学生

性別 男女どちらでも

費用 入会金 5,000円 / 月 6,700円

クラブ員数 150 人

大会 陸協主催試合および中体連主催試合

中体連 有

指導者数 3 人

指導者資格 日本スポーツ協会公認
コーチ1 2人

保険加入 スポーツ安全保険
年800円

指向 競技志向

加入要件 有

ホームページ

連絡先 村中

電話 09069591184

メールアドレス matsuspo.info@gmail.com