

スポーツふくしま

公益財団法人福島市スポーツ振興公社では、本紙「スポーツふくしま」のほか、ホームページやX(旧Twitter)などでスポーツ施設の利用情報等を随時お知らせしております。

2024冬 vol.102

編集・発行 公益財団法人 福島市スポーツ振興公社
〒960-8166 福島市仁井田字西下川原41-1 福島トヨタクラウンアリーナ内
TEL 024-539-5500

X (旧Twitter) @fuku_sportspc Instagram @fukushimasportspc YouTube ホームページ 福島市スポーツ振興公社

令和6年度スポーツ教室について

令和6年度のスポーツ教室を記載のとおり予定しております。
新規開催の教室も多数ございますので、ぜひご参加ください。

申込方法 申込につきましては、下記の3つの内いずれかからお願いいたします。

1 申込期間内に、スマートフォン・パソコン・タブレット等からウェブサイトにて申してください。下記のQRコード順をご活用ください。

一般対象 ジュニア対象 シニア対象 親子対象 各施設対象 (十六沼・信夫ヶ丘パークゴルフ場開催)

2 LINEのお友達登録をさせていただくと各教室の申込期間初日に案内が届き、そこから申込できます。

LINEはじめました!
お友達募集中
LINE ID @912cbkrc

最新の教室開催予定。申込もラクラク

3 参加申込書に必要事項を記入のうえ、FAX (024-535-4107)、また、来館 (NCV ふくしまアリーナ 福島市霞町4-45) にて申してください。

スポーツ教室参加申込書

【教室名】	教室	申込日	年 月 日
ふりがな	性別	年齢	学校名(学年)
参加者氏名	男・女	歳	学校(年)
保護者氏名	【電話番号】※日中連絡のとれる番号		
住所	〒		
備考	無・有(※レンタル希望等【ヨガマット・ラケット等】)		

ホームページよりダウンロードしてご利用ください。
※電話での受付はできませんので、ご注意ください。

誠電社 WINDY スタジアム (信夫ヶ丘競技場) 開催スポーツ教室

- ジュニア陸上 (火曜コース①) 全5回**
日程: 4/9(火)・16(火)・23(火)・30(火)、5/7(火)
時間: 18:00~19:00
場所: 誠電社 WINDY スタジアム 対象: 小学1~4年生
定員: 35名 受講料: 2,500円
受付期間: 3/11(月)~13(水)
- ジュニア陸上 (火曜コース②) 全5回**
日程: 6/4(火)・11(火)・18(火)・25(火)、7/2(火)
時間: 18:00~19:00
場所: 誠電社 WINDY スタジアム 対象: 小学1~4年生
定員: 35名 受講料: 2,500円
受付期間: 5/7(火)~5/9(木)
- ジュニア陸上 (火曜コース③) 全5回**
日程: 7/9(火)・16(火)・23(火)・30(火)、8/6(火)
時間: 18:00~19:00
場所: 誠電社 WINDY スタジアム 対象: 小学1~4年生
定員: 35名 受講料: 2,500円
受付期間: 6/10(月)~12(水)
- ジュニア陸上 (火曜コース④) 全5回**
日程: 8/20(火)・27(火)、9/3(火)・10(火)・17(火)
時間: 18:00~19:00
場所: 誠電社 WINDY スタジアム 対象: 小学1~4年生
定員: 35名 受講料: 2,500円
受付期間: 7/22(月)~24(水)
- ジュニア陸上 (火曜コース⑤) 全5回**
日程: 9/24(火)、10/1(火)・8(火)・15(火)・22(火)
時間: 18:00~19:00
場所: 誠電社 WINDY スタジアム 対象: 小学1~4年生
定員: 35名 受講料: 2,500円
受付期間: 8/26(月)~28(水)

- ジュニア陸上 (木曜コース①) 全5回**
日程: 4/11(木)・18(木)・25(木)、5/2(木)・9(木)
時間: 18:00~19:00
場所: 誠電社 WINDY スタジアム 対象: 小学1~4年生
定員: 35名 受講料: 2,500円
受付期間: 3/11(月)~13(水)
- ジュニア陸上 (木曜コース②) 全5回**
日程: 6/6(木)・13(木)・20(木)・27(木)、7/4(木)
時間: 18:00~19:00
場所: 誠電社 WINDY スタジアム 対象: 小学1~4年生
定員: 35名 受講料: 2,500円
受付期間: 5/7(火)~5/9(木)
- ジュニア陸上 (木曜コース③) 全5回**
日程: 7/11(木)・18(木)・25(木)、8/1(木)・8(木)
時間: 18:00~19:00
場所: 誠電社 WINDY スタジアム 対象: 小学1~4年生
定員: 35名 受講料: 2,500円
受付期間: 6/10(月)~12(水)
- ジュニア陸上 (木曜コース④) 全5回**
日程: 8/22(木)・29(木)、9/5(木)・12(木)・19(木)
時間: 18:00~19:00
場所: 誠電社 WINDY スタジアム 対象: 小学1~4年生
定員: 35名 受講料: 2,500円
受付期間: 7/22(月)~24(水)
- ジュニア陸上 (木曜コース⑤) 全5回**
日程: 9/26(木)、10/3(木)・10(木)・17(木)・24(木)
時間: 18:00~19:00
場所: 誠電社 WINDY スタジアム 対象: 小学1~4年生
定員: 35名 受講料: 2,500円
受付期間: 8/26(月)~28(水)

NCV ふくしまパークゴルフ場開催スポーツ教室

- お手軽パークゴルフ① 全1回**
日程: 5/27(月)
時間: 9:00~11:30
場所: NCV ふくしまパークゴルフ場 対象: 18歳以上
定員: 10名 受講料: 500円(当日支払い)
受付期間: 4/22(月)~24(水)
- お手軽パークゴルフ② 全1回**
日程: 6/24(月)
時間: 9:00~11:30
場所: NCV ふくしまパークゴルフ場 対象: 18歳以上
定員: 10名 受講料: 500円(当日支払い)
受付期間: 5/20(月)~22(水)
- お手軽パークゴルフ③ 全1回**
日程: 7/22(月)
時間: 9:00~11:30
場所: NCV ふくしまパークゴルフ場 対象: 18歳以上
定員: 10名 受講料: 500円(当日支払い)
受付期間: 6/17(月)~19(水)
- お手軽パークゴルフ④ 全1回**
日程: 8/26(月)
時間: 9:00~11:30
場所: NCV ふくしまパークゴルフ場 対象: 18歳以上
定員: 10名 受講料: 500円(当日支払い)
受付期間: 7/22(月)~24(水)
- お手軽パークゴルフ⑤ 全1回**
日程: 9/30(月)
時間: 9:00~11:30
場所: NCV ふくしまパークゴルフ場 対象: 18歳以上
定員: 10名 受講料: 500円(当日支払い)
受付期間: 8/26(月)~28(水)
- 四季折々① (おりがみ) 全1回**
日程: 2月(予定)
時間: 未定
場所: NCV ふくしまパークゴルフ場 対象: 18歳以上
定員: 10名 受講料: 500円(当日支払い)
受付期間: 未定
- 四季折々② (おりがみ) 全1回**
日程: 3月(予定)
時間: 未定
場所: NCV ふくしまパークゴルフ場 対象: 18歳以上
定員: 10名 受講料: 500円(当日支払い)
受付期間: 未定

公益財団法人福島市スポーツ振興公社 賛助会員様

賛助会員募集中です。

※賛助会費は、当公社独自のスポーツ振興事業に活用させていただいております。

賛助会についてはこちらをご覧ください



ジュニアテニス 全4回

日程: 12月~1月(予定)
時間: 10:00~11:30
場所: 西部体育館 対象: 小学1~6年生
定員: 18名 受講料: 2,000円
受付期間: 未定

ジュニアスキー 全2回

日程: 2月(予定)
時間: 未定
場所: 二本松塩沢スキー場(予定) 対象: 小学3~6年生
定員: 20名 受講料: 15,000円(リフト代等含む)
受付期間: 未定



幼児体操 全4回

日程: 1月~3月(予定)
時間: 未定
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 4~6歳の園児
定員: 15名 受講料: 2,000円
受付期間: 未定

親子で楽しむスポーツ教室

親子で楽しむピグナーサッカー 全4回

日程: 9/19(木)、10/3(木)・17(木)・31(木)
時間: 19:00~20:30
場所: NCVふくしまアリーナ
対象: 未就学児~小学校低学年と保護者
定員: 20組40名 受講料: 2,000円
受付期間: 8/19(月)~21(水)

親子モルック体験 全2回

日程: 9/21(土)・28(土)
時間: 10:00~11:00
場所: 森合運動公園多目的広場
対象: 未就学児~小学校低学年と保護者
定員: 20組40名 受講料: 1,000円
受付期間: 8/19(月)~21(水)

シニア向けスポーツ教室

シニアポッチャI 全4回

日程: 6/6(木)・13(木)・20(木)・27(木)
時間: 10:00~11:00
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 60歳以上
定員: 20名 受講料: 2,000円
受付期間: 5/7(火)~9(木)

プロから学ぶ健康身体づくり 全5回

日程: 6/13(木)・20(木)・27(木)、7/11(木)・18(木)
時間: 14:30~16:00
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 60歳以上
定員: 20名 受講料: 2,500円
受付期間: 5/13(月)~15(水)

マスターズトライアスロン(初級~中級) 全4~6回

日程: 7月~8月(予定)
時間: 未定
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 60歳以上
定員: 20名 受講料: 2,000円
受付期間: 未定

健康リフレッシュ 全4回

日程: 9/5(木)・12(木)・19(木)・26(木)
時間: 10:30~11:45
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 60歳以上
定員: 20名 受講料: 2,000円
受付期間: 8/5(月)~7(水)

シニアポッチャII 全4回

日程: 10/3(木)・10(木)・17(木)・24(木)
時間: 10:00~11:00
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 60歳以上
定員: 20名 受講料: 2,000円
受付期間: 9/2(月)~4(水)

シニア卓球 全4回

日程: 11/5(火)・12(火)・19(火)・26(火)
時間: 10:00~11:30
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 60歳以上
定員: 30名 受講料: 2,000円
受付期間: 10/7(月)~9(水)

ソフトリフレッシュ 全4回

日程: 11/7(木)・14(木)・21(木)・28(木)
時間: 10:00~11:30
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 60歳以上
定員: 30名 受講料: 2,000円
受付期間: 10/7(月)~9(水)

体操で健康づくり 全4回

日程: 11/26(火)、12/3(火)・10(火)・17(火)
時間: 10:00~11:30
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 60歳以上
定員: 30名 受講料: 2,000円
受付期間: 10/21(月)~23(水)

介護予防ニコニコ体操 全4回

日程: 1月~3月(予定)
時間: 未定
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 60歳以上
定員: 30名 受講料: 2,000円
受付期間: 未定



十六沼公園開催スポーツ教室

外ヨガ 全6回

日程: 5/9(木)・16(木)・23(木)・30(木)、6/13(木)・27(木)
時間: 10:00~11:30
場所: 十六沼公園屋根付運動場 対象: 18歳以上
定員: 20名 受講料: 3,000円
受付期間: 4/8(月)~10(水)

キッズサッカー(年中・前期) 全6回

日程: 5/10(金)・24(金)、6/14(金)・28(金)、7/5(金)・19(金)
時間: 15:00~16:00
場所: 十六沼公園屋根付運動場 対象: 4・5歳
定員: 20名 受講料: 3,000円
受付期間: 4/8(月)~10(水)

キッズサッカー(年長・前期) 全6回

日程: 5/10(金)・24(金)、6/14(金)・28(金)、7/5(金)・19(金)
時間: 16:00~17:00
場所: 十六沼公園屋根付運動場 対象: 5・6歳
定員: 20名 受講料: 3,000円
受付期間: 4/8(月)~10(水)

小学生低学年サッカー(前期) 全6回

日程: 5/15(水)・29(水)、6/12(水)・26(水)、7/3(水)・17(水)
時間: 17:15~18:45
場所: 十六沼公園屋根付運動場 対象: 小学1~3年生
定員: 20名 受講料: 3,000円
受付期間: 4/15(月)~17(水)

人工芝で健康体操&エアロビクス 全6回

日程: 9月~10月(予定)
時間: 未定
場所: 十六沼公園屋根付運動場 対象: 18歳以上
定員: 20名 受講料: 3,000円
受付期間: 未定

小学生低学年サッカー(後期) 全6回

日程: 9月~12月(予定)
時間: 17:15~18:45
場所: 十六沼公園屋根付運動場 対象: 小学1~3年生
定員: 20名 受講料: 3,000円
受付期間: 未定

キッズサッカー(年中・後期) 全6回

日程: 9月~12月(予定)
時間: 15:00~16:00
場所: 十六沼公園屋根付運動場 対象: 4・5歳
定員: 20名 受講料: 3,000円
受付期間: 未定

キッズサッカー(年長・後期) 全6回

日程: 9月~12月(予定)
時間: 16:00~17:00
場所: 十六沼公園屋根付運動場 対象: 5・6歳
定員: 20名 受講料: 3,000円
受付期間: 未定

スポーツ教室年間予定

※教室の日程は、変更になる場合もございます。
日程等未定の教室につきましては、決定次第、随時ホームページへ掲載いたします。
最新の日程や講師は、福島市スポーツ振興公社のホームページや市政だよりでご確認ください。
また、教室の内容や持ち物等もホームページをご確認ください。

大人向けスポーツ教室

ピラティス【初参加者限定】 全6回

日程: 5/7(火)・14(火)・21(火)、6/4(火)・11(火)・18(火)
時間: 10:00~11:30
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 18歳以上
定員: 30名 受講料: 3,000円
受付期間: 4/8(月)~10(水)

サッカーボールエクササイズ 全4回

日程: 6/18(火)・25(火)、7/2(火)・9(火)
時間: 19:00~20:30
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 18歳以上
定員: 30名 受講料: 2,000円
受付期間: 5/20(月)~22(水)

ゆがみ改善ストレッチ 全6回

日程: 8/20(火)・27(火)、9/3(火)・10(火)・17(火)・24(火)
時間: 10:00~11:30
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 18歳以上
定員: 30名 受講料: 3,000円
受付期間: 7/22(月)~24(水)

プロアスリート流 美ボディメイク 全5回

日程: 8/28(水)、9/4(水)・11(水)・18(水)・25(水)
時間: 19:00~20:30
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 18歳~60歳未満
定員: 30名 受講料: 2,500円
受付期間: 7/29(月)~31(水)

ウェーブストレッチリング 全6回

日程: 9/12(木)・19(木)・26(木)、10/3(木)・10(木)・17(木)
時間: 10:00~11:30
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 18歳以上
定員: 30名 受講料: 3,000円
受付期間: 8/5(月)~7(水)

卓球 全6回

日程: 9/24(火)、10/1(火)・8(火)・15(火)・22(火)・29(火)
時間: 10:00~11:30
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 18歳以上
定員: 40名 受講料: 3,000円
受付期間: 8/19(月)~21(水)

ボクシングエクササイズ 全6回

日程: 10/1(火)・8(火)・15(火)・22(火)・29(火)、11/5(火)
時間: 19:00~20:30
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 18歳以上
定員: 30名 受講料: 3,000円
受付期間: 9/2(月)~4(水)

ふれあい体験乗馬 全2回

日程: 10月(予定)
時間: 未定
場所: JRA福島競馬場 対象: 18歳~45歳
定員: 10名 受講料: 1,000円
受付期間: 未定

ヨガ 全6回

日程: 11/7(木)・14(木)・21(木)・28(木)、12/5(木)・12(木)
時間: 19:00~20:30
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 18歳以上
定員: 30名 受講料: 3,000円
受付期間: 10/7(月)~9(水)

大人の体力測定 全1回

日程: 12/7(土)
時間: 13:30~終了次第
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 18歳以上
定員: 50名 受講料: 1,000円
受付期間: 11/11(月)~13(水)

リンパマッサージエクササイズ 全4回

日程: 1/9(木)・16(木)・23(木)・30(木)
時間: 10:00~11:30
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 18歳以上
定員: 30名 受講料: 2,000円
受付期間: 12/9(月)~11(水)

バドミントン(初心者)・(中級者) 全6回

日程: 1/14(火)・21(火)・28(火)、2/4(火)・18(火)・25(火)
時間: 19:00~20:30
場所: 東部体育館 対象: 18歳以上
定員: 各15名 受講料: 3,000円
受付期間: 12/9(月)~11(水)

アクティブエアロ 全6回

日程: 1/14(火)・21(火)・28(火)、2/4(火)・18(火)・25(火)
時間: 10:00~11:30
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 18歳以上
定員: 30名 受講料: 3,000円
受付期間: 12/9(月)~11(水)

初心者女性ランニング 全6回

日程: 未定
時間: 未定
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 18歳以上
定員: 30名 受講料: 3,000円
受付期間: 未定

ランニングクリニック 全6回

日程: 未定
時間: 未定
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 18歳以上
定員: 30名 受講料: 3,000円
受付期間: 未定



子ども向けスポーツ教室

総合ジュニアスポーツ 全24回

日程: 7月~2月(予定)
時間: 未定
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 小学3~6年生
定員: 30名 受講料: 12,000円
受付期間: 未定

ジュニア水泳I 全6回

日程: 7/22(月)・23(火)・24(水)・25(木)・26(金)・29(月)
時間: 10:00~11:30
場所: 森合市民プール 対象: 小学1~3年生(初心者)
定員: 40名 受講料: 3,000円
受付期間: 6/17(月)~19(水)

ジュニア水泳II 全6回

日程: 7/31(水)、8/1(木)・2(金)・5(月)・6(火)・7(水)
時間: 10:00~11:30
場所: 中央市民プール 対象: 小学1~3年生(初心者)
定員: 40名 受講料: 3,000円
受付期間: 6/24(月)~26(水)

ジュニアナイター水泳 全6回

日程: 7/31(水)、8/1(木)・2(金)・5(月)・6(火)・7(水)
時間: 18:00~19:30
場所: 森合市民プール 対象: 小学4~6年生(25m泳げる方)
定員: 40名 受講料: 3,000円
受付期間: 6/24(月)~26(水)

ジュニアふれあい体験乗馬 全1回

日程: 10月(予定)
時間: 未定
場所: JRA福島競馬場 対象: 小学5年生~高校生
定員: 10名 受講料: 1,000円
受付期間: 未定

コーディネーショントレーニング 全6回

日程: 10/11(金)・18(金)・25(金)、11/8(金)・15(金)・22(金)
時間: 17:00~18:30
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 小学1~3年生
定員: 30名 受講料: 3,000円
受付期間: 9/9(月)~11(水)

プロと遊ぶボール教室 全5回

日程: 9/26(木)・10/10(木)・24(木)、11/7(木)・21(木)
時間: 18:30~20:00
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 小学2~6年生
定員: 30名 受講料: 2,500円
受付期間: 8/26(月)~28(水)

ドッジボール 全4回

日程: 11/29(金)、12/6(金)・13(金)・20(金)
時間: 18:00~19:30
場所: NCVふくしまアリーナ 対象: 小学1~4年生
定員: 30名 受講料: 2,000円
受付期間: 10/28(月)~30(水)