

スポーツや人と親しめる団体

武石ソフトテニスクラブ

技術・体力向上と親睦をかねて練習しています。
各大会にも参加します。
興味のある方の入会をお待ちしております。
中学生の入会も大歓迎です。



期日 4月～3月 毎週 日曜日
時間 8:30～12:00 **場所** 武石テニスコート
持ち物 ソフトテニスラケット、シューズなど
別途活動費 年会費 2,000円
連絡先 伏見 貴昭 080-5144-6251

武石バレーボール連盟

バレーボールを愛し、親しむ仲間が集まり、競技を通じての連帯と地域の融和を図るとともに、併せて技術向上を目指しての活動を行っています。

対象者 武石・丸子・上田地域内 **初回日** 4月上旬
期日 毎週金曜日
時間 19:00～21:00 **場所** 武石体育館
持ち物 体育館履き
別途活動費 登録料 1名 1,500円
連絡先 廣川 光子 090-2647-7574



武石ソフトバレーボール連盟

ソフトバレーボール競技の普及と技術の向上を図るとともに、愛好者の親睦と友愛の和を広げるための活動を行っています。

対象者 18歳以上の社会人（高校生は不可）
期日 毎週木曜日
時間 19:30～21:00 **場所** 武石体育館
持ち物 体育館履き、運動のできる服装
別途活動費 チーム登録料 1大会 1チーム 3,000円
連絡先 荻原 和雄 090-2434-6506

武石ビーチボール連盟

ビーチボールを通して、体力の維持・増進と仲間作りを目的に活動しています。
誰でも気軽に楽しめるスポーツです。入会をお待ちしております。

対象者 18歳以上 **初回日** 4月1日（月）
期日 毎週月曜日 **時間** 19:30～21:00
場所 武石体育館
持ち物 体育館履き、運動のできる服装
別途活動費 年会費 2,000円
連絡先 桜井 保子 85-2918

武石ソフトボール連盟

概ね各地区によるチーム編成で、連盟旗の争奪リーグ戦（5月～7月）や武石杯争奪戦（8月～9月）を行っています。
8月15日（夏祭り）に市民参加のソフトボール大会を計画しています。



対象者 30歳以上
武石地域内に居住及び在勤者。他地区2名まで
期日 5月～9月 毎週：日・月・火・木・金曜日
時間 19:00～21:00
場所 武石総合グラウンド
持ち物 グローブ、バットなど
別途活動費 チーム登録料 5,000円／個人登録料 1,500円
連絡先 坂部 詠章 090-4670-5232

武石ゲートボール協会

健康維持と親睦をかね、年間通じて練習と各大会に参加します。初心者の方大歓迎です。入会をお待ちしています。

武石交流会（旧小県郡）、佐久親交会、
上田市長杯、上田市民体育大会、
東信大会、北信越大会他
期日 通年 月・水曜日 **時間** 13:00～16:00
場所 丸子ゲートボール場
持ち物 運動のできる服装、スティック、
貸スティックもあります。
別途活動費 年会費 3,000円
連絡先 小山 寛 85-3153

武石早起き野球連盟

早起き野球会長杯

期日 9月1日 日曜日（予定）
場所 武石総合グラウンド
持ち物 グローブ、バットなど
別途活動費 参加料 1チーム 5,000円（予定）
連絡先 内田 智宏 85-2525



武石ビーチボールクラブ

武石体育館で老若男女誰でも気軽にできるビーチボールを通じて親睦を図る。

対象者 18歳以上の男女（例外あり）
期日 毎週木曜日 **初回日** 4月4日（木）
時間 19:00～21:00 **場所** 武石体育館
持ち物 体育館履き、運動のできる服装
別途活動費 年会費 2,000円
連絡先 上平 征男 85-2270

たけしふわっとテニスクラブ

バトミントンのコートを使用し、柔らかいボールでプレーします。必ずワンバウンドで返球するルールのため、ラリーが続き、運動量も多く、手軽に楽しむことができるスポーツです。

対象者 小学生以上
初回日 4月1日(月)
期日 通年 毎週月曜日 **時間** 19:30~21:00
場所 武石体育館
持ち物 運動のできる服装、体育館履き
別途活動費 年会費 2,000円
連絡先 滝沢 研一 85-2262



武石卓球クラブ

老若男女誰でも手軽にできる卓球を通じて、適度な運動と親睦を図るクラブです。

対象者 小学生以上 **初回日** 4月2日(火)
期日 毎週火曜日 19:00~21:00
場所 武石体育館
持ち物 運動のできる服装と体育館履き、ラケット
別途活動費 年会費 2,000円
連絡先 上平 征男 85-2270



ゴルフ 武石グリーンクラブ

年3回のクラブコンペ開催。武石ゴルフ大会開催。初心者からセミプロの方までどなたでも入会をお待ちしています。

武石ゴルフ大会 9月8日(日)
クラブコンペ 5月中旬、7月下旬、10月下旬

対象者 武石地域内に居住及び在勤者
期日 不定期 **場所** 各ゴルフ場
別途年会費 年会費 無し
連絡先 小山 和博 85-2456



剣道友の会 直心会

自身の体力に合わせ、生涯スポーツとして取組んでいます。初心者、親子参加歓迎。

初回日 4月13日(土)
期日 4月~12月 毎週土曜日
時間 19:00~21:00 **場所** 武石体育館
指導者 黒沢忠(教士7段)
持ち物 剣道用具一式。貸出可。
別途活動費 年会費 2,000円位
連絡先 林 和一 090-9000-1188



武石グラウンドゴルフ協会

ルール等簡単な軽スポーツ。年間を通じていつでも何処でも年齢・男女の差がなくプレーが楽しめ、親睦・健康増進と共にゴルフ、マレットに通じるスポーツの醍醐味が楽しめます。

初心者には、毎回個人指導も致します。入会をお待ちしています。

初回日 1月9日(月)
期日 4月~12月:毎週月曜日
1月~3月:毎週月・水曜日
時間 9:00~12:00
場所 武石総合グラウンド及び屋内ゲートボール場
持ち物 グラウンドゴルフ用具(初心者には貸出用具あり)
運動のできる服装・履物。
別途活動費 1,000円
連絡先 黒木 享 85-2592

合気道武石道場

勝負を競わず、呼吸法とともに技を繰り返し稽古し、互いに切磋琢磨しあって、心身の鍛練を図ります。短期体験もできます。

対象者 小学生~一般
初回日 4月7日(日)
期日 毎週日曜日、水曜日
時間 日曜日/小中学生 9:30~10:30
/高校生・一般 9:30~12:00
水曜日/小中学生 18:30~19:30
/高校生・一般 19:30~20:30
場所 依田窪南部中学校武道場、
長門町民体育館柔剣道場
指導者 西藤和正・西藤正子・小山大輔
持ち物 道着(購入可)
別途活動費 道場入会金 3,000円
月会費 高校生・一般
(週1回:2,000円、週2回:3,000円)
小中学生
(週1回:1,000円、週2回:1,500円)
連絡先 西藤 和正 85-0026



武石フレンド硬式テニスクラブ

硬式テニスクラブは、本年度は活動を休止します。
連絡先 武石スポーツ協会事務局 85-2280

申込み受付開始

令和6年3月18日(月)~

※令和5年度に入会されていた方も、令和6年度の申込みが必要です。各団体の担当者の方にお申込み下さい。