

三国町体育施設月間大会等スケジュール

(3月)

期日	大会名	主催名	時間	使用施設名
1日(日)	三国町少年剣道教室選手権大会	三国町剣道協会	9:00～13:00	三国体育館 第2競技場
7日(土)	坂井地区剣道練成会	坂井地区剣道協会	9:00～13:00	三国体育館 第1競技場
7日(土)・21日(土)	東尋坊カップ (サッカー)	三国町サッカー協会	13:00～18:00	三国運動公園 人工芝グラウンド
8日(日)	東尋坊カップ (サッカー)	三国町サッカー協会	9:00～18:00	三国運動公園 人工芝グラウンド
8日(日)	第47回三国町小学生大会兼協会長杯 (バドミントン)	三国町バドミントン協会	9:00～17:00	三国体育館 第1競技場
12日(木)	令和7年度シルバーソフトバレー いきいき交流大会	坂井市バレーボール協会	9:00～14:30	三国体育館 第1競技場
15日(日)	第26回三国町バウンドテニス交流大会	三国町バウンドテニス協会	9:00～18:00	三国体育館 第1競技場
20日(金) 21日(土)・22日(日)	三国Challenge Cup Spring (ソフトテニス)	三国町ソフトテニス協会	9:00～18:00	三国運動公園 テニス場
22日(日)	福井県シニアサッカー選手権大会2025	福井県サッカー協会	9:00～13:00	三国運動公園 人工芝グラウンド
28日(土)・29日(日)	新緑杯 (サッカー)	三国町サッカー協会	9:00～18:00	三国運動公園 人工芝グラウンド
28日(土)・29日(日)	坂井地区中学生強化オープン大会 (バドミントン)	YK2	9:00～19:00	三国体育館 第1競技場

【坂井市スポーツ協会教室開催日一覧】

日程	教室名	内容	時間	会場
2、9、16、23、30日 毎週月曜日	バレエで筋トレ バレトン教室	【一般対象】 バレエとヨガを融合し骨盤矯正や ヒップアップを目指した教室。	13:30～14:30	三国体育館 第2トレーニング室
3、10、17日 毎週火曜日	健康体操教室	【一般対象】 ストレッチや簡単な体操など 誰でも気軽に参加できる教室。	10:00～11:15	三国体育館 第2トレーニング室
3、10、17、24、31日 毎週火曜日	美姿勢ダイエット	【一般対象】 姿勢改善を目的に、体幹や筋力を鍛える エクササイズ教室。	13:30～14:30	三国体育館 第2トレーニング室
3、10、17、24、31日 毎週火曜日	癒しのリラックスヨガ	【一般対象】 ヨガが初めての方でも安心して 始められるやさしいヨガ教室。	19:30～20:30	三国体育館 講義室
4、11、18、25日 毎週水曜日	からだ整うピラティス	【一般対象】 固まった筋肉をポール使ってほぐし、老廃 物流し心身ともに整える教室。	10:30～11:30	三国体育館 第2トレーニング室
5、12、19、26日 毎週木曜日	シェイプアップ！ステップ教室	【一般対象】 ステップ台を使って昇降運動をすることで 下半身が鍛えられる教室。	10:30～11:20	三国体育館 第2トレーニング室
5、12、19、26日 毎週木曜日	ヨガ教室	【一般対象】 ヨガを通して柔軟性や基礎代謝を 向上に繋げる教室。	13:30～14:30	三国運動公園 健康管理センター 多目的ホール
5、12、19、26日 毎週木曜日	ZUMBA教室	【一般対象】 ラテン音楽を取り入れた ダンスフィットネス教室。	19:30～20:20	三国体育館 第2トレーニング室
6、27日 毎週金曜日	朝活エアロ	【一般対象】 シンプルな動作で全身をリズミカルに動 かす教室。	9:30～10:30	三国体育館 第2トレーニング室
6、13、27日 毎週金曜日	腰痛改善 背骨コンディショニング教室	【一般対象】 背骨の歪みを整える体操やストレッチで 腰痛・肩こり改善を促す教室。	13:30～14:30	三国体育館 第2トレーニング室
6、13、27日 毎週金曜日	キッズダンススクール三国	【小1～4年生】 人気の曲で楽しく、可愛く、かっこよく踊 り、リズム感覚や柔軟性を養う教室。	17:00～17:50	三国体育館 第2トレーニング室
6、13、27日 毎週金曜日	パンチ&エアロ教室	【一般対象】 エアロピクスのステップに、格闘技のパン チ動作をいれた教室。	19:30～20:30	三国体育館 第2トレーニング室
7、14、21、28日 毎週土曜日	TRX教室	【一般対象】 ゴムベルトを使用した話題のTRXを通し て、柔軟性や体幹を鍛える教室。	10:00～11:00	三国体育館 第2トレーニング室
25日(水)26日(木)27日(金)	アクロバット教室～バク転編～	【小3～6年生対象】 基礎的な技を習い、ダイナミックな技に 挑戦できる教室です。	10:00～11:15	三国運動公園 健康管理センター