三国町体育施設月間大会等スケジュール

(7 月)

期日	大会名	主催名	時間	使用施設名
5日(土)・12日(土)	2種リーグ(ユースリーグ) (サッカー)	福井県サッカー協会	5日…18:00~21:00 12日…15:00~18:00	三国運動公園 人工芝グラウンド
5日(土)・6日(日) 12日(土)・13日(日) 19日(土) 20日(日)・21日(月・祝)	福井県知事杯 第56回学童野球選手権大会 坂井支部夏季学童軟式野球大会	坂井市軟式野球連盟	9:00~17:00	三国運動公園 野球場 三国グラウンド
6日(日)	日清カップ全国交流会予選会 (陸上)	福井県陸上競技協会	9:00~14:00	三国運動公園 陸上競技場
6日(日)・20日(日)	坂井市社会人リーグ (サッカー)	坂井市サッカー協会	9:00~12:00	三国運動公園 人工芝グラウンド
10日(木)	令和7年度シルバーソフトバレー いきいき交流会	坂井市バレーボール協会	9:00~13:00	三国体育館 第1競技場
12日(土)	第17回北信越U-15サッカーリーグ	(一社)北信越サッカー協会	18:00~21:00	三国運動公園 人工芝グラウンド
13日(日)	第22回坂井地区剣道大会	三国町剣道協会	9:00~17:00	三国体育館 第1競技場
13日(日) 19日(土)・20日(日)	福井県社会人リーグ	福井県サッカー協会	13日…12:00~22:00 19日…17:00~22:00 20日…12:00~18:00	三国運動公園 人工芝グラウンド
20日(日)	夏季親善ゲートボール大会	三国町ゲートボール協会	9:00~14:00	三国運動公園 ゲートボール場
21日(月・祝)	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
26日(土)・27日(日)	第58回三国町小学生女子親善 バレーボール大会	坂井市・三国町体育協会	9:00~18:00	三国体育館 第1・2競技場
26日(土) 27日(日)・28日(月) (予備日:29日・30日)	第66回三国町小学生野球大会	坂井市・三国町体育協会	9:00~18:00	三国運動公園 野球場

【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
7、14、28日 毎週月曜日	パレエで筋トレ パレトン教室	【一般対象】 パ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
1、8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
1、8、15、22、29日 毎週火曜日	姿勢改善ダイエット	【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
1、8、15、22、29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
2、9、16、23、30日 毎週水曜日	からだ整うピラティス	【一般対象】 固まった筋肉をボール使ってほぐし、 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
3、10、17、24、31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
3、10、17、24、31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
3、10、17、24、31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
4、11、18、25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ムカルに 動かす教室。	9:30~10:30	三国体育館 第2トレーニング室
25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】 歪みを整える体操やストレッチ、筋トレ で腰痛・肩こり改善を促す教室です。	13:30~14:30	三国体育館 第2トレーニング室
4、11、18、25日 毎週金曜日	パンチ&エアロ教室	【一般対象】 エアロビクスのステップに、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
5、12、19、26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