

三国町体育施設月間大会等スケジュール

(10月)

期日	大会名	主催名	時間	使用施設名
29日(木)	電気工事に伴い臨時閉館		9:00～17:00	三国運動公園 全館
1日(木)	第20回かもめ杯(マレットゴルフ)	坂井市マレットゴルフ協会	9:00～13:00	三国運動公園 マレットゴルフ場
3日(土)、4日(日)	第27回日本少年野球村瀬杯	(公財)日本少年野球連盟福井県支部	9:00～16:00	三国運動公園 野球場
4日(日)	ふくい健康長寿祭(テニス競技)	福井県社会福祉協議会	9:00～18:00	三国運動公園 テニス場
	坂井市社会人サッカーリーグ	坂井市サッカー協会	9:00～13:00	三国運動公園 人工芝グラウンド
	三国町民スポーツ祭 (癒しのひととき、スポーツ屋台村)	三国町体育協会	9:00～14:00	三国体育館
10日(土)	第26回坂井市陸上競技記録会	坂井市陸上競技協会	9:00～17:00	三国運動公園 陸上競技場
11日(日)	高校サッカー選手権	福井県高体連サッカー専門部	9:00～17:00	三国運動公園 人工芝グラウンド
	第1回わいわい杯 (バドミントン)	ワイワイクラブ2	9:00～19:00	三国体育館 第1・2競技場
11日(日)・18日(日)	高円宮杯福井県U15U13サッカーリーグ	(一社)福井県サッカー協会	11日…17:00～21:00 18日…12:00～18:00	三国運動公園 人工芝グラウンド
12日(月・祝)	坂井市民スポーツ祭 (卓球競技)	坂井市 (公財)坂井市スポーツ協会	9:00～18:00	三国体育館 第1競技場
	坂井市民スポーツ祭 (少年野球競技)		9:00～17:00	三国運動公園 野球場
	坂井市民スポーツ祭 (陸上競技)		9:00～12:00	三国運動公園 陸上競技場
	坂井市民スポーツ祭 (テニス競技)		9:00～18:00	三国運動公園 テニス場
	坂井市民スポーツ祭 (マレットゴルフ競技)		9:00～12:00	三国運動公園 マレットゴルフ場
	坂井市民スポーツ祭 (ゲートボール競技)		9:00～17:00	三国運動公園 ゲートボール場
	県3種サッカーリーグA	(一社)福井県サッカー協会	9:00～15:00	三国運動公園 人工芝グラウンド
16日(金)	第21回福井県中学校秋季新人大会 (バレーボール)	福井県中学校体育連盟 バレーボール競技専門部	9:00～18:00	三国体育館 第1・2競技場
17日(土)	北信越U15サッカーリーグ	北信越サッカー協会	13:00～16:00	三国運動公園 人工芝グラウンド
17日(土)、18日(日) 24日(土)、25日(日)	第21回日本少年野球中日本秋季大会	(公財)日本少年野球連盟北陸支部	9:00～16:00	三国運動公園 野球場
18日(日)	第21回秋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
	県民スポーツ祭交流の部 (バウンドテニス競技)	福井県バウンドテニス協会	9:00～18:00	三国体育館 第1競技場
25日(日)	三国町子ども会ディスクドッジのつどい	三国町子ども会育成連絡協議会	9:00～13:00	三国体育館 第1・2競技場
	第26回みくにサッカーフェスティバル	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
25日(日) 予備日11月1日(日)	坂井市クラブ対抗テニス大会	坂井市テニス協会	9:00～20:00	三国運動公園 テニス場
31日(土)	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
31日(土)、1日(日)	第28回三国町スポーツ少年団交流大会	三国町野球協会	9:00～17:00	三国運動公園 野球場、 三国グラウンド

【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
5、19、26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
6、13、27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
6、13、20、27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
6、13、20、27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 第2トレーニング室
7、14、21、28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
1、8、15、22、29日 毎週木曜日	肩こり解消！ストレッチフロー	【一般対象】 音楽に合わせ、肩甲骨や股関節を動かし肩 こり解消につなげる教室。	10:00～10:50	三国体育館 第2トレーニング室
1、8、15、22日 毎週木曜日	ゆるっとダイエットヨガ	【一般対象】 心地よく肩甲骨を動かし、基礎代謝アップへ 無理なく続けられるヨガ教室。	13:30～14:30	三国運動公園 健康管理センター 多目的ホール
1、8、15、22、29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
2、9、16、23、30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
2、9、16、23、30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
2、9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
2、9、16、23、30日 毎週金曜日	K-POP CLASS	【小4～6年生】 高学年を対象としたKPOPダンス教室。	18:00～18:50	三国体育館 第2トレーニング室
2、9、16、23、30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
3、10、17、24、31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