

宮崎市総合体育館を中心に活動しているスポーツサークル一覧表

①種目	②団体名	③活動場所		④活動時間帯		⑤対象者	⑥入会費 会費	⑦サークルの紹介
		体育館内	他施設	曜日	時間帯			
1	卓球	グレースクラブ	総合体育館	木	9:00～11:45	女性	あり あり	一度見学に来て雰囲気を感じて下さい。
2	卓球	青葉会	総合体育館	金	13:00～16:00	高齢者	なし あり	健康維持を目的に和気あいあいと身体を鍛えております。楽しい卓球を志す入会希望者であれば、初心者でも歓迎します。
3	卓球	あいあい卓球	総合体育館	水	9:30～11:30		あり あり	H24年で20年以上の活動に成ります。指導の先生をはじめ、なごやかな雰囲気の中試合に向けた練習や、健康維持にと、目標をもって楽しんでます。素敵な仲間が待っています。多くの方の参加をお待ちしております。
4	バドミントン	ウイングス	西中学校 南高校 総合・生目の杜他	月 金	19:30～22:00	一般 中高生	なし あり	試合もエントリー可(希望者)。春/花見 夏/キャンプ 忘年会等の飲み会も楽しいですよ。初心者大歓迎
5	バドミントン	しおみキャッツ	総合体育館 潮見小体育館	月・金 第2,4土	17:00～19:00	小学生	あり あり	毎月のように大会あり。初心者でも楽しめるスポーツなので一度見学にきてください。団員随時募集
6	バドミントン	フェニックス バドミントンクラブ	総合体育館	火 金	9:00～12:00 or 13:00～16:00	一般成人	あり あり	時期を問わず、入会を受け付けています。一度、見学に来て下さい。(連絡をお待ちしています。)初心者歓迎
7	バドミントン	中央シャトル	総合体育館 剣道場	金	13:00～16:00	70歳以下男女不問	なし あり	少人数ですけど楽しいクラブです。入部希望をお待ちしています。
8	バドミントン	ウイナーバド	総合体育館 北部体育館	火 水 土	19:00～22:00	小学校 1年生～ 4年生	あり あり	ホームページ http://winnerb.web.fc2.com/ 小学生男女4年生まで募集しています。全国大会目指して頑張ってます!
9	バレーボール	キットカツ	総合体育館	不定期	19:30～	社会人	なし あり	月に2・3回程活動しています。バレー大好きの集まりで、笑いあり涙ありで楽しくバレーしています。最近は平均年齢が高くなったのが悩みの種です。どうぞよろしくお願いします。
10	ソフトテニス	宮崎ママ ソフトテニスクラブ	総合体育館	火・金	9:00～12:00	一般	あり あり	
11	ソフトテニス	宮崎ジュニア スポーツ少年団	総合体育館・中央公園 ・生目の杜	金 土	18:00～21:30 13:00～16:30	小学生	あり	初心者からどんどん試合に出られるので「補欠」はいません。例年、九州大会・全国大会に出場する選手を輩出しています。団員随時募集中。まずはお気軽に見学いらしてください。
12	ソフトバレー	UNITY	総合体育館 剣道場 南部記念・緑松体育館	月・水 土(月1)	19:00～22:00 13:00～17:00	なし	なし あり	レディースメンバー募集しています。
13	ミニバレー	ポピー	総合体育館 南部記念体育館	土	9:00～12:00	女性	あり あり	昭和61年頃からのチームです。最年少は55才最高齢は78才です。笑いの絶えないチームです。興味のある方は観に来て下さい

①種目	②団体名	③活動場所		④活動時間帯		⑤対象者	⑥入会費	⑦サークルの紹介
		体育館内	他施設	曜日	時間帯		会費	
14	ミニバレー	若葉クラブ	総合体育館 県体育館	水	9:30~11:45	女性 50歳以上	なし	結成28年、50代から70代の女性ばかりの、和気あいあいとしたクラブです。練習後、おしゃべりをしながらランチをし、時々温泉に行ったり、花見をしたり等々皆で計画して外に出かけて楽しんでます。メンバー減少の為、新メンバーを募集します。
							あり	
15	ミニバレー	スターダスト	総合体育館	金or土 (月2回)	19:00~21:00	大人	なし	大会の出場経験はありませんがストレス発散と運動不足の解消を目的としたチームです。上手な人から下手な人まで幅広く募集します。
							あり	
16	インディアカ	なかよし	総合体育館 剣道場	金	9:30~12:00	大人	なし	あまり馴染みのないスポーツですが誰でも気軽にすぐ出来る様になります。老若男女を問わずにメンバーを募集していますので興味のある方はいつでもどうぞ！
							あり	
17	空手道	松濤連盟 宮崎県支部	①神宮北公民館 ②東花ヶ島公民館 ③下北南公民館 ④総合体育館 柔道場	①月・木 ②火・水 ③金 ④日	①18:30~20:00 ②18:00~19:00 ③19:00~20:30 ④13:00~17:00	幼児~一般 身障者可	あり	内閣府認証の団体です。車椅子の方の空手技も創作しています。発足したばかりの新しい団体ですが幼児~高校生まで幅広く在籍しています。「BQやジェットスキー・餅つき・花見」等のイベントも行っています。興味のある方、ぜひご連絡下さい。
							あり	
18	剣道	桜剣道教室	体育館	水 日	18:00~21:00 (2時間くらい)		なし	基本動作の必修稽古 素振り・足さばき・切り返し・基本打ち・打ち込み稽古等
							あり	
19	剣道	北辰館	総合体育館	火・木・土	18:00~20:00	幼児~中学生	なし	まず剣道を好きになってもらうという事を念頭に子供たちの指導にあたっています。数々の試合で優勝の実績もあります。是非、見学に遠慮なくいらしてください。おまちしています。
							あり	
20	合気道	合気道 小戸神武会	総合体育館	土	10:00~11:00	幼年部(中学~)	あり	礼儀作法の習得にもなります。是非一度体験してみてください。気軽に見学に来て下さい。随時メンバー募集してます。
					11:00~12:30		一般	
21	合気道	合気道 天満道場	総合体育館 柔道場 天満道場	日	9:30~(17:30~)	幼年部(小学生~一般) (中学生以上)	あり	「合気道の精神」の体現と「呼吸力」の修得を目的に精進します。 「健康増進」に「護身」に「人生の礎」に合気道を始めませんか。
				火~木・土	10:30~(19:30~)		あり	
22	韓国護身術	エリヌイエス	総合体育館 柔道場	水	20:00~22:00	小学校高学年~社会人	あり	女性でも簡単にできる護身術です。身体能力のUP、ダイエット、身体のラインづくり、ストレス発散にもなる楽しい講座です。希望があれば主婦の方などを対象に午前中も行えます。
				土	17:00~19:00		あり	
23	弓道	ゆみんちゆうかい 弓人会	総合体育館 弓道場 久峰弓道場	土 or 日	18:00~21:00	不問	なし	20~25才のメンバー10人前後で活動している若い団体です。ワイワイ楽しくゆるい感じで活動。年3回の部内戦、キャンプ、飲み会、イベント等たくさんやっています。弓道がしてみたいという気持ちのある方は道具が無くて一度連絡してみてください。
				なし				

①種目	②団体名	③活動場所		④活動時間帯		⑤対象者	⑥入会費		⑦サークルの紹介
		体育館内	他施設	曜日	時間帯		会費	会費	
24	弓道	宮崎弓友会	総合体育館	弓道場	火水金	18:00～22:00	小学校 高学年以上 の男女	なし あり	弓道は精神修養の人助けとなり、生涯スポーツとして自己の精神の満足にも寄与できるものです。常時入会受付。道具も揃っており、初心者でも丁寧に指導いたします。
25	弓道	至道会	総合体育館	弓道場	火金	18:00～22:00	初心者～経験者(一般・学生・生徒)	なし あり	弓道は特に礼を尊ぶ武道であり、中学校指定武道に列せられました。良き伝統文化に触れ充実した生活を追ってみませんか。ご見学いただきお話してみませんか。
26	アーチェリー	マッポスクラブ	総合体育館	弓道場	木	19:00～21:30	小学校 高学年以上 の男女		現在小6男子から68歳まで幅広い年齢層で活動中です。目的も団体選手、生涯スポーツ、夫婦で楽しむとさまざまです。マイナーな競技ですが日本の競技力は世界でもトップクラスです。
27	体操	宮崎クロス 体育クラブ	総合体育館	剣道場	火	17:00～18:00	小学生	あり あり	
28	器械体操	宮崎体操教室	総合体育館	柔道場	土	9:00～11:30	小学生	あり あり	スポーツマンシップを身につけることを目的とした教室です。5名の指導者が怪我防止の為時には厳しく、選手は仲良く楽しく練習しています。新規ご入会につきましては選手の安全管理上の観点から制限させていただく場合もございます。
29	新体操	宮崎新体操 クラブ	総合体育館		月	18:00～20:00	小3以上 男子		宮崎市内初の男子新体操教室です。素晴らしい競技を多くの子供達に知ってもらう為に22年度から活動しています。興味のある方は一度お問い合わせ下さい。
30	レクダンス	スマイル教室	総合体育館 県体育館		木	9:30～11:30	一般	なし あり	80才代が数名居り、範として頑張っています。若々しい、姿勢がいいと評価も頂いてます。教室終了後は各々の食事グループで楽しみ、固い絆で励まし合いトラブル知らずの明るい教室です。
31	ストレッチ ダンス ミニバレー	GLスポーツ クラブ	総合体育館		火	13:30～15:30	60才以上	なし あり	ストレッチや筋肉強化体操で足腰の筋力を強くし、早くから「寝たきりにならない様に体を鍛えています。