

スポーツふくしま

2026秋 vol.107

公益財団法人福島市スポーツ振興公社では本誌「スポーツふくしま」のほか、ホームページやXなどでスポーツ施設の利用情報等を随時お知らせしております。

編集・発行



公益財団法人福島市スポーツ振興公社 総務企画課 事業企画係
〒960-8021 福島市霞町4番45号 NCVふくしまアリーナ内 TEL 024-503-0457



ホームページ
https://www.sportspc.jp



「FUKUSHIMA BADMINTON BASE」

with 福島シルクフェニックス 開催！～バドミントンから、スポーツのある毎日へ～

はじめての小学生 バドミントン教室

定員 24 名 (先着順) 参加料 500 円 (2 回)

R8.12/16 (水)・17 (木)
16:30～17:30 2回コース

会場：福島トヨタクラウンアリーナ サブアリーナ
対象：放課後児童クラブに在籍する (小学1年生～6年生)

バドミントンに初めて触れる子どもたちが、「打てた!」「楽しい!」を実感できるプログラム!

中学生バドミントン・ スキルアップ教室

定員 24 名 (先着順) 参加料 500 円

R8.12/19 (土) 10:00～12:00

会場：福島トヨタクラウンアリーナ サブアリーナ
対象：中学生 (経験不問)

初心者には競技の魅力を、経験者にはレベルアップのきっかけを提供!

大人のためのバドミントン・ スタートアップ教室

定員 24 名 (先着順) 参加料 500 円

R8.12/19 (土) 13:30～15:30

会場：福島トヨタクラウンアリーナ サブアリーナ
対象：高校生以上の初心者の方

初心者のための入門プログラム。正しい基礎を楽しく学び、継続的な運動習慣や新しい仲間づくりにつなげましょう!

・持参物：運動のできる服装、室内用運動靴、飲み物、タオル、ラケット (所有者のみ)、ラケットの貸し出しもごさいます。

講師 女子実業団バドミントンチーム「福島シルクフェニックス」監督 菊田 健一氏

【プロフィール】

- ・選手歴：袋原中学校ー埼玉栄高等学校ー日本大学ートナミ運輸ー東北マックス
- ・指導歴：広島ガスバドミントン部監督 (2013年～2021年)
- ・現 在：ジュニアナショナルチーム (U13) テクニカルコーチ (2025年～) ジュニアナショナルチーム (U19) コーチ (2026年～)

- ・参加特典：参加者全員にプレゼントを進呈!!
- ・申込期間：R8.11/2 (月)～先着順
- ・申込方法：二次元コードから専用申込フォームにアクセスし、お申込みください。
※電話での申込みは受け付けません。
※申込後、参加料の払込用紙をお送りします。



問い合わせ 公益財団法人福島市スポーツ振興公社 総務企画課 事業企画係
〒960-8021 福島市霞町4番45号 (NCVふくしまアリーナ内)
TEL: 024-503-0457

主催：公益財団法人福島市スポーツ振興公社
共催：CRS スポーツ工業株式会社
株式会社福島シルクフェニックス



FUKUSHIMA RUNNING LAB

～走り方を学ぶ。
走りが変わる。～

マラソンに挑戦してみたい初心者から、自己ベスト更新を目指すランナーまで、それぞれのレベルに応じて、正しいランニングフォームや効果的なトレーニング方法等を学びましょう!



R8.12/6 (日)

※申込期間 11/4 (水)～

インストラクター：がんばれゆうすけ氏 / 長谷川 朋加氏

時間：①10:00～12:00
②13:30～15:30
定員：初級・中級各35名
計70名

R9.2/23 (火・祝)

※申込期間 R9.1/18 (月)～

インストラクター：がんばれゆうすけ氏 / 室伏 杏花里氏

時間：③10:00～12:00
④13:30～15:30
定員：初級・中級各35名
計70名

●場所 NCV ふくしまアリーナ

区分	対 象	主な内容
初級	基礎から学びたい 18歳以上の初心者の方	ウォーミングアップ、正しいフォームづくり、呼吸が上がり過ぎないペースで5～8kmのジョギング、ストレッチ、質疑応答
中級	ハーフマラソン 2 時間 以内の完走を目指す方、 または同等の走力を有 する 18 歳以上の方	ウォーミングアップ、正しいフォームづくり、インターバルトレーニング (1km×5本)、ストレッチ、質疑応答

・参加料：各回2,000円

※参加者全員に「FUKUSHIMA RUNNING LAB」オリジナルグッズをプレゼント!

問い合わせ 公益財団法人福島市スポーツ振興公社 事業企画係
TEL: 024-503-4325 E-mail: f-marathon@sportspc.jp

インストラクター



がんばれゆうすけ氏
(走る芸人・ランニングコーチ)



長谷川 朋加氏
(日本一走るアナウンサー)



室伏 杏花里氏
(元実業団ランナー・モデル等)

- ・申込方法：二次元コードから専用申込フォームにアクセスし、お申込みください。
※電話での申込みは受け付けません。
※申込後、参加料の払込用紙をお送りします。



主催：ふくしまシティハーフマラソン実行委員会
主管：公益財団法人福島市スポーツ振興公社

スポーツ納め☆フェス ～家族と！友達と！楽しく体を動かそう～

日 時：R8.12/29(火) 9:00～16:00
場 所：NCVふくしまアリーナ

天候を気にすることなく、室内でスポーツ！今年最後のスポーツ納めをぜひ、NCVふくしまアリーナで！

内 容：卓球・バスケットボール(シュート練習)・
 ボッチャ・だるま落とし・ストラックアウト、などなど…
 アリーナ以外の体力測定室・柔道場・剣道場・弓道場も通常通りご利用いただけます。

料 金：大人 1 時間 200 円
 高校生以下 1 時間 100 円
 持ち物：室内用シューズ、飲み物※自販機有
 (卓球ラケットなど持参使用も可能。
 レンタル品もございます。)

主 催：福島市スポーツ振興公社

※その他詳細につきましては、福島市スポーツ振興公社ホームページにて随時お知らせいたします！

わくわく
 抽選会もあるよ！

第 70 回福島市民スポーツ大会 冬季大会開催

ハンドボール

開催日：R9.1/4(月), 1/5(火),
 1/23(土), 1/24(日)

会 場：福島トヨタクラウン
 アリーナ

ドッジボール

開催日：R9.2/27(土)

会 場：NCV ふくしま
 アリーナ

タグラグビー

開催日：R9.2/6(土)

会 場：福島トヨタクラウン
 アリーナ

ソフトバレーボール

開催日：R9.3/7(日)

会 場：NCV ふくしま
 アリーナ

詳細やお申込みについては、福島市スポーツ振興公社
 ホームページ内「福島市民スポーツ大会」をご覧ください。➡



スポーツ教室各種

参加お待ちしております！

福島市スポーツ振興公社ではジュニア・一
 般・シニアまで幅広い年代対象のスポーツ
 教室を開催しています。これからの季節に
 も楽しめる教室が多くございますので、
 ホームページにて詳細をご確認ください。



二次元コードはこちら➡

ジュニア対象

スポーツで動ける カラダづくりLABO

日程：R9.1/18(月), 25(月), 2/1(月), 8(月)

時間：18:00～19:15

場所：NCV ふくしまアリーナ

対象：小学 1～6 年生 定員：20 名

講師：キッズスポーツLABO 古谷園子先生

受付期間：12/14(月)～16(水)

すでにスポーツに取り組んでいる子どものパフォーマンス向上
 を目指します。

全 4 回
 3,000 円

一般対象

大人のパフォーマンス向上 トレーニングLABO

日程：R9.1/18(月), 25(月), 2/1(月), 8(月)

時間：19:30～20:45

場所：NCV ふくしまアリーナ

対象：18 歳以上の方 定員：20 名

講師：インストラクター 古谷園子先生

受付期間：12/14(月)～16(水)

すでにスポーツに取り組んでいる方のパフォーマンス向上
 を目指します。

全 4 回
 3,000 円

開催

令和 8 年度福島県スポーツ少年団 県北支部指導者更新研修会

福島市スポーツ少年団指導者研修会

開催日：R8.12/20(日) 詳細はホームページにて
 ご確認ください。➡



ふくしま駅伝

第 38 回市町村対抗
 福島県縦断駅伝競走大会

開催日
 R8.11/15(日) 予定

スタート地点である白河市から
 ゴールの福島市まで16区間
 (96.3キロ)で争います。
 福島市チームに熱い声援をお願い
 します!!



公益財団法人福島市スポーツ振興公社 賛助会員 様



賛助会費は、当公社独自のスポーツ振興事業に活用させていただいております。
 賛助会員募集中です。賛助会についてはこちらをご覧ください。➡

