

【地区対抗競技】

種目	開催日	曜日	受付・開始時刻	会場	参加資格	種目及びチーム編成	競技方法	使用球	備考	締切日
卓球	10月9日	日	午前9時 開始	松本市総合体育館 サブアリーナ	市内各地区 代表チーム	監督、コーチを含めて15人以内 (1)一般女子ダブルス (2)合計100才以上男子ダブルス (3)一般男女混合ダブルス (4)合計80才以上女子ダブルス (5)一般男子ダブルス	2ブロック トーナメント方式 (敗者復活戦を行 う)	ラジホ-ル	・申込先：松本体育協会事務局 ※地区体協事務局を通じて申込みこと ・参加料：無料	9月5日
軟式野球	10月9日	日	午前8時30分 開始	松本市野球場 岡田運動広場 山辺運動広場 信州大学球場 美須ヶヶ丘高校グラウンド 女鳥羽中学校グラウンド	市内各地区 代表チーム	監督を含め選手18名以内	各コート毎に トーナメント (1試合1時間30分)	公式球A号	・申込先：松本体育協会事務局 ※地区体協事務局を通じて申込みこと ・参加料：無料	9月5日
ゲートボール	10月9日	日	午前9時30分 開始	旭町中学校グラウンド	市内各地区 代表チーム	1チーム9名以内(監督を含め)、 満60才以上の男女 男子1チーム、女子1チーム	2ブロック制による 決勝トーナメント 戦予選はリーグ 戦	公認球	・申込先：松本体育協会事務局 ※地区体協事務局を通じて申込みこと ・参加料：無料	9月5日
ソフトバレー ボール	10月9日	日	午前9時30分 開始	松本市総合体育館 メインアリーナ	市内各地区 代表チーム	1地区39才までのクラス1チーム 40才以上のクラスの1チームの2チーム 1チーム9名以内 (監督1名、選手8名)	男女4人制・ 2ブロック制 による決勝ト ーナメント戦 予選はリーグ戦	公認 ソフトバレー-ル	・申込先：松本体育協会事務局 ※地区体協事務局を通じて申込みこと ・参加料：無料	9月5日
マレットゴルフ	10月9日	日	午前9時00分 開始	信州スカイパークみどりの 交流ゾーンマレットゴルフ場 かもしかコース(男子) らいちょうコース(女子)	市内各地区 代表チーム	1チーム選手4名 男子1チーム、女子1チーム	18ホールバー72 ストロークプレイ	70-75φの ボールを持参 (予備球も用 意すること)	・申込先：松本体育協会事務局 ※地区体協事務局を通じて申込みこと ・参加料：無料	9月5日

【一般競技】

種目	開催日	曜日	受付・開始時刻	会場	参加資格	種目及びチーム編成	競技方法	使用球	備考	締切日
陸上競技 体協HPから 申込可	10月8日	土	午前7時30分 受付 午前8時30分 開始	松本平広域公園 陸上競技場(今井)	市内居住者 市内通勤通学者	○小学生(学年ごとではありません) 男子 4~6年 100m・1000m 4×100mR 走幅跳 ヴォ-テックス投げ 女子 4~6年 100m・1000m 4×100mR 走幅跳 ヴォ-テックス投げ ※走幅跳・ヴォ-テックス投げの試技は3回とする ○中学生 男子 100m・400m・1500m・3000m・110mH 4×100mR・走高跳・ 走幅跳・砲丸投(5kg) 女子 100m・200m・800m・3000m・100mH 4×100mR・走高跳・ 走幅跳・砲丸投(2.72kg) ○高校生・一般 男子 100m・400m・800m・5000m・ 4×100mR・走高跳・走幅跳・やり投 女子 100m・200m・800m・3000m 4×100mR・走高跳・走幅跳・やり投	○小学生……………1人1種目(リレーは含めない) 1校1種目4名以内 リレーは男女とも1校2チーム以内 ○中学生……………1人1種目(リレーは含めない) 1校1種目4名以内 リレーは男女とも1校2チーム以内 ○高校・一般……………1人2種目以内(リレーは含めない) 1校1種目4名以内 ○参加料 小・中学校 1人1種目 150円 高校・一般 1人1種目 400円 リレー参加料 小・中学校 1チーム 500円 高校・一般 1チーム 1,200円 ○番号布 小学生・一般…主管団体で用意(当日貸与) 中学生……………中体連割当のナンバーカードを使用 高校生……………高体連割当のナンバーカードを使用 ○ナンバーカードの止めピンは各自用意する ○小学生のスパイク使用可(9ミリ以内) ○小学生には記録証があります ○小・中学生の申込みは学校単位とし、個人での申込みは認めない。 ○申込各校は審判員のお手伝いを2名以上ご協力下さい。 ○当日、棄権のないよう申込下さい ○エントリー後の種目変更はできません。 ○オープン参加はできません。 ○大会当日はプログラム記載の注意事項を守って下さい。 ○申 込 長野県陸上競技協会ホームページエントリーセンター http://nagano-rk.com/から申込み。 ○参加料の納入 締切日までに松本体育協会事務局へ。 ※松本体育協会ホームページでも参加料納入ができます。 http://www.mcci.or.jp/www/matsutaikyo/ ○事情により上記の申し込みが出来ない方は松本体育協会事務局へ 直接申込んで下さい。		①大会 エントリー 9月12日 24時厳守 (エントリー センター) ②参加料 支払 9月20日 17時厳守 (体協事務局 または 体協HP)	

種 目	開催日	曜 日	受付・開始時刻	会 場	参加資格	種目及びチーム編成	競技方法	使用球	備 考	締切日
ソフトテニス 体協HPから 申込可	10月29日	土	受 付 午前7時50分 開会式 午前8時40分 競技開始 開会式終了後	浅間温泉庭球公園	市内居住者 市内通勤通学者	小学生男子・女子 中学男子・女子 高校男子・女子 一般男子・女子 シニア男子・シニア女子（45歳以上）	トーナメント又は リーグ戦	Nワン 赤エム スリクソン	参加料 小・中学校 1ペア 300円 高校・一般 1ペア 800円 申込先：松本体育協会事務局 松本体育協会ホームページで申込できます。 http://www.mcci.or.jp/www/matsutaikyoo/	10月17日
バレーボール (中学校の部)	10月15日 16日	土 日	午前8時30分 受付 午前9時 開始	(男子) 清水中学校 梓川中学校 (女子) 旭町中学校 鉢盛中学校・松島中学校	市内に所在する 中学校単位チーム	6人制バレーボール 監督・コーチ・マネージャー各1名 選手14名以内	リーグ戦及び トーナメント	4号球	参加料 1チーム 2,000円 申込先 菅野中学校 田辺まで TEL 58-2056 後日申込書を各校へ送ります	各校へ別途 連絡します
バレーボール (小学校の部)	11月27日	日	午前8時30分 受付 午前9時 開始	本郷体育館 里山辺体育館	市内居住の 小学生 市内に所在する 小学生チーム	○バレーボール（6人制） 監督1名・コーチ1名・マネージャー1名・ 選手12名 以内	リーグ戦	4号球	参加料 1チーム 2,000円 申込先 松本小学生バレーボール連盟 山本まで 松本市笹賀5508-1 TEL 090-9664-8357	11月11日
ソフトバレー ボール (小学校の部)						○ソフトバレーボール (4年生以下) 監督1名・マネージャー1名・選手8名以内				
バスケット ボール (中学生の部)	10月8日 9日	土 日	午前8時30分 受付 午前9時 開始	南部体育館 他	松本市に住所を 置く協会登録 チーム	中学男子・女子1校各1チームとする。 引率責任者1名・コーチ1名・Aコーチ1名・ マネージャー1名・選手18名以内	日本バスケット ボール協会競技規 則及び本大会特別 規則による	女子6号球 男子7号球	参加料 1チーム 3,000円 申込先 信明中 村澤まで ○締切日等、詳細は各校へ別途通知 します	各校へ別途 連絡します
硬式野球	10月30日	日	午前7時 受付 午前7時30分 開始	松本市野球場 松商学園高等学校 松本工業高等学校 松本深志高等学校	当OB連盟 加盟校		トーナメント方式	日本学生 野球公認球 (硬式)	申込先 OB連盟事務局 柳澤まで TEL 090-1616-2484 参加料 1チーム 1,000円	9月9日
テニス 体協HPから 申込可	10月1日 (小中高) 10月2日 (一般)	土 日	午前8時 受付 午前8時30分 開始	浅間温泉庭球公園	市内居住者・ 通勤通学者及び松 本テニス協会会員 高校生は松塩安地 区通学者 Aクラス 中級者以上 Bクラス 初級中級者以上 Bクラス優勝経験 者は出場できない (ペアを変えても 不可) Cクラス 初級者 コーチ(アルバイ ト含)、大学体育 部、大学サーク ル、男子C優勝経 験者、県大会出場 経験者は出場でき ない ミックス 制限なし 小中学生 一般の種目には参 加できない	1日 高校男女ダブルス 小中学生男女シングルス 2日 一般男子(A、B、C級)ダブルス 一般女子(A、B、C級)ダブルス 一般ミックスダブルス	トーナメント	高校生 小中学生 公認球2球 各チーム 持ち寄り (新品公認球) 一般 主催者が用 意	参加料 高校・一般 1人1種目400円 小・中学校 1人1種目150円 申込先 ・松本体育協会事務局 松本体育協会ホームページで申込できま す。 http://www.mcci.or.jp/www/matsutaikyoo/ ・ストリンガーハウスm&m TEL 33-6986 ・スポーツショップ ハマ TEL 32-2677 ・エムスタイルテニスアカデミー TEL 88-5008	9月26日
サッカー (小学生の部)	10月9日	日	午前8時30分 開始	松本市サッカー場 あがた運動公園多目的広場 かりがねサッカー場	市内に所在する 少年のチーム	小学生の部…監督・コーチを含めて20名以内 (選手18名)	トーナメント又は リーグ戦 20分-5分-20分	公認球4号 ボール (チーム持ち)	第4種 各団1チーム 申込先 松本市サッカー協会 吉田ま で TEL 86-8796 参加料 無料	9月1日

種 目	開催日	曜日	受付・開始時刻	会 場	参加資格	種目及びチーム編成	競技方法	使用球	備 考	締切日
サッカー (中学校の部)	9月18日 9月19日 9月24日	日 祝 土	午前9時 開始	市内中学校グラウンド他 (詳細はサッカー中学の部 の要項を各学校へ別途通知 します)	市内に所在する 中学校単位チ ーム (1・2年生)	中学校の部…選手20名以内	リーグ戦及び トーナメント戦 (25-7-25)	新品公認 5号ボール (チーム持ち)	参加料 1チーム2,000円 申込先 山辺中 大和卓広 TEL 090-2401-3907	各校へ別途 連絡します
自転車	10月16日	日	午前8時半 受付 午前10時 開始	松本市美鈴湖自転車競技場	市内居住者 日本車連 登録競技者	登録競技者の部：200mTT、1kmTT、 ポイントレース、ケイリン 一般の部：持込の自転車で競技場一周のタイム計 測 (記録証発行)	トラック競技	未定	申込先 自転車競技連盟 奥原まで 松本市波田1643 TEL 92-7423 一般：無料 登録競技者：2,000円	10月7日
ソフトボール (壮年の部) 体協HPから 申込可	10月9日	日	午前8時30分 受付 午前9時 開始	あずさセンター広場	市内居住者	ファーストピッチ試合 選手は監督以下18名男子 (平成28年4月1日現在40歳以上)	トーナメント	公認球3号	予備日 10月10日(祝) 参加料 1チーム 4000円 申込先：松本体育協会事務局 松本体育協会ホームページで申込できます。 http://www.mccior.jp/www/matsutaikyo/	9月16日
バドミントン 体協HPから 申込可	9月17日 9月18日	土 日	午前8時 開場 午前9時 開始	17日・18日 松本市総合体育館 メインアリーナ サブアリーナ 17日 梓川体育館(ジュニアの 一部の試合を予定)	中信地区居住者 又は 中信地区通勤通学者	一般男女 シングルス、ダブルスA・B・C・D (9/18) *一般Aはフリー、Bは中級者、Cは初中級者 Dは初級者 ジュニア男女 シングルスA・B・C (9/17・18) ダブルスA・B・C *ジュニアAは高2まで。ジュニアBは高1まで。 ジュニアCは経験1年未満または小学生	トーナメント又は リーグ戦	水鳥羽 シャトル 持ち寄り	申込先 松本体育協会事務局 参加料 ジュニア・一般 1人1種目 400円 松本体育協会ホームページで申込できます。 http://www.mccior.jp/www/matsutaikyo/	ジュニア 8月22日 一般 8月29日
体 操	11月3日	祝	午前8時30分 受付 午後1時00分 開始	松本市総合体育館 メインアリーナ サブアリーナ	10名以上の団体 で中信地区居 住者及び中信地区 通勤者	一般体操(集団演技10名以上)演技発表	演技発表		申込先 松本体操協会事務局 TEL 090-8083-2163 FAX 0263-50-7149 参加料 小・中学校 1人1種目 150円 高校・一般 1人1種目 400円	10月3日
馬 術	11月13日	日	午前9時30分 開始	松本市馬術競技場	中信地区居住者	馬場 A1・A2・A3・L1 小障害飛越・低障害飛越 ジムカーナ	国内規定に基づく		申込先 馬術競技場にて受付 TEL58-1920 参加料 小・中学校 1人1種目 150円 高校・一般 1人1種目 400円	10月30日
クレー射撃	10月16日	日	午前9時 開始	中信国際射撃場	県内居住者	スキート[100撃] トラップ[100撃]	JAPANルール	9号以下 7.5号以下	申込先 当日会場で受付 参加料5,000円(弁当付 100ヶ撃)	当日受付
ウェイト リフティング	9月4日	日	午前9時 受付 午前10時30分 開始	松商学園高等学校 (トレーニングセンター)	県内居住者 (高校・一般)	スナッチ種目 クリーン&ジャーク種目	平成28年度ウェイト リフティング競 技規則による		申込先 松商学園高等学校 TEL 33-1210 参加料 一般 1,000円 高校 500円	当日受付
グラウンド・ ゴルフ	10月15日	土	午前9時00分 受付 午前9時30分 開始	あがた運動公園多目的広場	グラウンド・ゴ ルフ協会員及び 一般市民	個人戦	日本グラウンド・ ゴルフ協会のル ールによる24ス トローク	公認球	申込 当日会場で受付 参加料 1人 400円 初心者には試合前に講習会	当日受付
エアロビック	11月3日	祝	午前9時 受付開始 午前9時45分開会式	スポーツネットワーク SAM松本スタジオ	県内居住者	エアロ特別レッスン 午前10:30-16:00	交 歓 会		申込先 松本エアロビクス協会 松本市島内5304-1 TEL 47-0370 参加料 小・中 1人 800円 高校・一般 1人 1,000円	当日まで
ベタンク	9月23日	金	午前9時 受付 午前9時30分 開始	信州スカイパーク 専用コート	市内居住者及び 連盟会員	1チーム3人による団体競技	トーナメント戦	普及・公認 用ボール共 可	申込先 松本ペタンク連盟 清沢輝光 TEL25-2255 参加料 一般 1人 400円	当日まで

種 目	開催日	曜日	受付・開始時刻	会 場	参加資格	種目及びチーム編成	競技方法	使用球	備 考	締切日
ボウリング	10月2日	日	午前8時30分 選手集合 午前8時45分 開会式	アピナボウル松本城山店	市内居住者 市内通勤者 連盟支部員	個人戦（男子の部、女子の部）	デュアルレーン方式 ハンディキャップ制 全6ゲーム		参加料 中学生・高校生 1人 2,500円 一般・シニア 1人 2,800円 申込先：アルピコボウル松本城山店 TEL35-5700	9月15日
ママさん バレーボール 体協HPから 申込可	10月16日	日	午前8時30分 受付 受付終了次第 開始	松本市総合体育館 メインアリーナ	1.松本市内居住の 家庭婦人 2.未婚者は35才以上	・9人制バレーボール 選手12名以内 監督・副監督・マネージャー各1名は男性も可	トーナメント制	4号球	参加料 1チーム2,000円 競技規則 ママさんバレーガイドライン2010年 による 申込先：松本体育協会事務局 松本体育協会ホームページで申込できます。 http://www.mccior.jp/www/matsutaikyo/	9月23日 午後5時
ダンススポーツ	未 定 詳細決まり次第 体協HP上で お知らせします									
スポーツ吹矢	10月16日	日	午前8時30分 受付 午前10時 開始	南部体育館	スポーツ吹矢 経験者	個人戦・団体戦	1ラウンド5本 5ラウンドの合計 による順位戦		申込問合先 日本スポーツ吹矢協会 松本アルプス支部 鈴木健一 TEL 090-3558-3614 参加料 1人400円	当日受付可
剣 道 体協HPから 申込可	10月10日	祝	午前8時50分開会式 午前9時30分試合開始	松本市総合体育館 メインアリーナ	中信地区居住者 又は中信地区 通勤通学者	一般・高校・中学・小学生 団体戦（1団体2チームまで）	トーナメント （2分1本勝負）		申込先 松本体育協会事務局 参加料 小・中学校 1チーム 1,000円 高校・一般 1チーム 2,000円 松本体育協会ホームページで申込できます。 http://www.mccior.jp/www/matsutaikyo/	8月31日
柔 道	10月23日	日	午前8時30分 受付 午前9時30分 開始	松本市柔剣道場 柔道場	中信地区居住者 又は中信地区 通勤通学者	<個人戦大会> ○幼年の部（新種目） ○小学生男子の部（各学年別） ○小学生女子の部（各学年別） ○中学生男子の部（無段の部・有段の部） ○中学生女子の部 ○高校生男子の部 ○一般男子の部 一部（40歳以上） 二部（30歳以下） ○高校生女子・一般女子の部 ※小学生について、各クラス、エントリー者が極端に少ない場合は、学年を超えての組合せとなることもありますのでご了承ください。詳細については別途送付します。	トーナメント方式 及びリーグ戦	申込先 〒390-0303 松本市浅間温泉1-4-10 きぶね整骨院 木船崇 TEL 0263-45-5521 参加料 幼・小・中 1人300円 高校・一般 1人500円 ※参加申込みについては、上記へ問い 合わせ、専用紙により申込みしてく ださい。	9月20日	
弓 道	10月10日	祝	午前8時 受付 午前9時 開始	松本市弓道場	松本市内居住者 及び市内通勤 通学者	1. 個人戦 2. 団体戦（1チーム3名） 注 一般と高校は別	・個人戦8射 （4ツ矢2回） 団体戦を兼ねる	4ツ矢使用	・参加料 1人 500円 1チーム 1500円 ・高校生は事前に弓道会へ申し込む事 ・指定用紙を各高校に送付する	一般のみ 当日受付可
空 手	10月10日	祝	午前8時30分 受付 午前9時 開始	松本市総合体育館 サブアリーナ	市内居住者及び 通勤通学者 松本空手協会員	個人組手…小、中、高 個人形 一般の部 （各学年別男・女別）	トーナメント方式 小学校・中学校・ 高校・一般すべ て、全空連方式		申込先 松本市梓川44-14 黒岩 秀美 TEL・FAX 88-6042 参加料 高校・一般・小・中学生 1人 1,000円	9月9日
合気道	9月25日	日	午後12時30分 受付 午後1時 開始	松本市柔剣道場 柔道場	小・中学生・高 校生・大学生・ 一般の協会員	・小学生・中学生・高校生・大学生・一般の部 個人及び団体	演武大会		申込先 松本合気道協会事務局 TEL 080-3633-1982 田多井	当日まで

種 目	開催日	曜 日	受付・開始時刻	会 場	参加資格	種目及びチーム編成	競技方法	使用球	備 考	締切日
銃剣道	11月13日	日	午前9時 開始	自衛隊松本駐屯地体育館	市内居住者及び市内通勤者	個人戦	トーナメント		申込先 銃剣道連盟 松本連合支部 参加料 無料	当日まで
相 撲 体協HPから 申込可	10月1日	土	午前8時20分 受付 午前8時30分 相撲教室 午前9時15分 開会式 午前9時30分 競技開始 午前11時45分 閉会式	源池小学校 相撲場 (雨天時は体育館)	市内小学生	個人戦	学年別リーグ戦 又は トーナメント戦		申込先 松本体育協会事務局 参加料 1人 150円 服装 男子 上半身裸で半ズボン 女子 半ズボン(上着着用可) 松本体育協会ホームページで申込できます。 http://www.mcci.or.jp/www/matsutaikyoo/	9月12日
なぎなた	10月16日	日	午前9時 開始	庄内体育館	小・中・高・一般市内居住者及び通勤通学者	・演技競技 2名1組 ・試合競技 個人戦	旗形式・トーナメント 試合は個人戦トーナメント	団体使用規定なぎなた	申込先 松本なぎなた連盟事務局 蒲生まで TEL090-5333-5486 参加料 小・中学生・高校・一般 1人1種目500円	9月16日
少林寺拳法	10月10日	祝	午前9時30分受付 午前10時 開始	松本市柔剣道場 柔道場	小・中学生 一般	・演武競技	同左		申込先 少林寺拳法松本中部支部 久根下 080-1033-0886 参加料 1人 200円	9月30日
日本拳法	12月3日	土	午前9時 受付 午前10時30分 開始	松本歯科大道場	市内居住者及び市内通勤通学生	・個人戦及び団体戦(5人1チーム)	日本拳法協会ルールにより2分3本勝負		申込先 日本拳法協会松本支部事務局 TEL 090-4935-0791 ※日本拳法の防具着用のこと	11月18日
テコンドー	10月2日	日	午前8時30分 受付 午前9時 開始	島内体育館	長野県テコンドー協会加盟団 体員	個人組手(チョルギ) 個人形(ブムセ)	世界テコンドー連盟 試合規定並びに 審判規定に準ずる		参加料 一般 1人 1,000円 小・中・高校生 1人 500円 申込先: 県テコンドー協会 松本支部事務局 TEL32-0823	9月20日
古武道	10月2日	日	午前9時 受付 午前10時 開始	松本市柔剣道場 剣道場	古武道会員	ト傳流柔術、柳剛流杖術、無外流居合兵法 演武内容 ト傳流柔術腰周居合兵法 柳剛流杖術 無外真伝無外流居合兵法 浅山一傳流体術 松本城鉄砲隊	演武会		参加料 無料 申込先: 松本市古武道協会 山口 TEL 080-1019-7036	9月25日
民 踊	10月1日	土	午後12時30分 受付 午後1時 開始	松本市柔剣道場 柔道場	松本民踊連盟 会員及び一般 民踊愛好者		日本民踊を中心に レク・ダンス・ゲーム等を 交えて楽しい民踊 のつどいを行う		参加料 一般 1人 300円 申込先 松本民踊連盟 中原まで TEL 090-8326-8002	9月27日
社交ダンス	10月20日	木	午後6時 受付 午後6時30分 開始	松本市総合体育館 サブアリーナ	ダンス協会員及 び一般愛好家		パーティー		専用シューズ持参 女性ヒールカバー着用 参加料 無料 申込 当日会場で受付	当日受付
フォークダンス	11月9日	水	午後0時30分 受付 午後1時 開始	松本市柔剣道場 トレーニング室	一般市民及び フォークダンス 愛好者		集い形式		○運動靴持参 申込先 松本フォークダンスクラブ 山口まで TEL 35-6769 参加料 400円	当日受付可
インディアカ	11月13日	日	午前8時30分 受付 午前9時 開始	庄内体育館	市内居住者及び 市内通勤者	女子・男女混合 1チーム監督を含め7名	予選リーグ 決勝トーナメント ラッキーポイント	協会公認羽 根	申込先 松本インディアカ協会事務局 上條孝夫 TEL 35-6389 参加料 1チーム 1,000円	11月1日