

障がい者受入相談可

見学 OK

障がい者所属あり

障がい者受入 OK

無料体験 OK

障がい者所属なし

障がい者受入不可

N / n 南郷地域

教室名・種目

開催曜日

おすすめしたい方・PR

n-1 ソフトテニス
**南の郷クラブ
ジュニアソフトテニス**



場所 ユリックス
担当 南の郷クラブ事務局（中原）
対象 小学生・中学生
毎週金曜
19:00-21:00

n-2 剣道
**むなかたアカデミー
剣道クラブ**



場所 中央中学校
担当 むなかたアカデミー事務局
対象 中学生
毎週土曜
8:30-12:00

部活動地域展開におけるクラブチームです。基礎・基本からスポーツに取り組みたい人におすすめです。宗像市は令和9年8月に部活動が廃止されクラブチームへ完全移行します。中学生のスポーツ環境の充実として誕生しました。いつでも事務局へお問い合わせください。

n-3 陸上競技
**むなかたアカデミー
陸上競技クラブ**



場所 中央中学校
担当 むなかたアカデミー事務局
対象 中学生
毎週土曜
14:00-16:00

部活動地域展開におけるクラブチームです。基礎・基本からスポーツに取り組みたい人におすすめです。宗像市は令和9年8月に部活動が廃止されクラブチームへ完全移行します。中学生のスポーツ環境の充実として誕生しました。いつでも事務局へお問い合わせください。

N-1 ジャズダンス
**南の郷クラブ
ジャズダンス**



場所 南郷コミセン
担当 南の郷クラブ事務局（中原）
対象 小学生～
毎週水曜
19:30-21:00

N-2 太極拳
**南の郷クラブ
太極拳**



場所 南郷コミセン
担当 南の郷クラブ事務局（中原）
対象 高校生～
毎週火曜
13:00-15:00

N-3 卓球
**南の郷クラブ
卓球**

場所 南郷コミセン
担当 南の郷クラブ事務局（中原）
対象 高校生～
毎週火曜
15:00-17:00
毎週木曜
15:00-17:00

N-4 健康教室
**南の郷クラブ
健康教室**



場所 南郷コミセン
担当 南の郷クラブ事務局（中原）
対象 高校生～
毎週水曜
13:30-15:00

N-5 ヨガ
**南の郷クラブ
ヨガ（カーコヨガ）**



場所 南郷コミセン
担当 南の郷クラブ事務局（中原）
対象 20代～
月3回木曜
13:00-14:00
14:00-15:00

呼吸を大切に体を動かし心と体がリラックスできる時間をお届けしています。初心者の方から男女問わず、体の硬さを不安に思わずに少しずつ動いていきましょう。

N-6 ヨガ
**Sunny yoga
しえるヨガ**



場所 南郷コミセン
担当 佐藤麻理子
対象 大学生～
月2回木曜

初心者向けヨガ教室です。体のかたさや運動不足が気になる方、自分のペースでヨガに挑戦してみたい方におすすめです。