

※3/22作成 ※変更の可能性もございます。

個人利用案内 令和5年5月

千代田区立スポーツセンター

令和5年度より個人開放(各種競技、主競技場)の開催枠が一部変更。ご注意ください。

各種競技

※記載されている競技以外はできません。ご注意ください。

	午前	午後	夜間				午前	午後	夜間
				9:00 12:00	13:00 17:00	18:00 21:00			
1 月				16	火				劍柔ア相
2 火			劍柔ア相	17	水		卓	卓相	
3 水		卓		18	木				劍柔弓相
4 木				19	金				卓
5 金				20	土		卓剣空ア	空相	
6 土		卓剣空弓	空相	21	日				
7 日	卓剣ア相	卓剣柔ア		22	月				
8 月				23	火				劍柔ア相
9 火			劍柔ア相	24	水				卓相
10 水			卓相	25	木				劍柔弓相
11 木			劍柔弓相	26	金		卓	卓	
12 金		卓	卓	27	土		卓剣空弓	空	
13 土				28	日	卓剣弓	卓剣柔弓		
14 日	相			29	月				
15 月	休館日		30	火			劍柔ア相		
入場券販売は、 終了30分前までです。				31	水		相		

卓=卓球 剣=剣道 柔=柔道 空=空手

弓=弓道 ア=アーチェリー 相=相撲

※1 競技により年齢制限を設定しております。

※2 競技により持ち物が異なります。

主競技場

※記載されている競技以外はできません。ご注意ください。

	午前	午後	夜間				午前	午後	夜間
				9:00 12:00	13:00 17:00	18:00 21:00			
1 月				16	火				バド
2 火			バド	17	水				バスケ
3 水		バド		18	木		バレー	バレー	
4 木			バレー	19	金				
5 金				20	土		バド	バスケ	
6 土		バド		21	日	区民無料開放日			
7 日				22	月				
8 月				23	火		バド	バド	
9 火		バド		24	水				バスケ
10 水			バスケ	25	木		バレー	バレー	
11 木		バレー		26	金				
12 金				27	土				バレー
13 土				28	日				
14 日				29	月				
15 月	休館日		30	火			バド	バド	
入場券販売は、 終了30分前までです。				31	水		バスケ		

バレー=バレーボール バド=バドミントン

バスケ=バスケットボール

※1 競技により年齢制限を設定しております。

※2 バドミントンは、ラケットとシャトルをご持参ください。

プール

	午前	午後	夜間				午前	午後	夜間
				9:00 12:00	12:00 17:00	17:00 21:00			
1 月		☆	☆	16	火		☆	☆	
2 火		☆	☆	17	水		☆		
3 水		☆		18	木		☆	☆	
4 木		☆		19	金		☆	☆	
5 金		☆		20	土		☆	☆	
6 土		☆	☆	21	日	区民無料開放日			
7 日	☆	☆		22	月		☆	☆	
8 月		☆	☆	23	火		☆	☆	
9 火		☆	☆	24	水		☆		
10 水		☆		25	木		☆	☆	
11 木		☆	☆	26	金		☆	☆	
12 金		☆	☆	27	土		☆	☆	
13 土		☆	☆	28	日	☆	☆		
14 日	☆	☆		29	月		☆	☆	
15 月	休館日		30	火			☆	☆	
入場券販売は、 終了30分前までです				31	水		☆	☆	

☆=個人利用実施枠

※1 小学生は検定合格が必要となります。

※2 教室開催のため、利用制限させていただく
時間帯がございますので予めご了承ください。

トレーニングルーム

	午前	午後	夜間				午前	午後	夜間
				9:00 12:00	12:00 17:00	17:00 21:00			
1 月	☆	☆	☆	16	火	☆	☆	☆	☆
2 火	☆	☆	☆	17	水	☆	☆	☆	☆
3 水	☆	☆	☆	18	木	☆	☆	☆	☆
4 木	☆	☆	☆	19	金	☆	☆	☆	☆
5 金	☆	☆	☆	20	土	☆	☆	☆	☆
6 土	☆	☆	☆	21	日	区民無料開放日			
7 日	☆	☆	☆	22	月	☆	☆	☆	☆
8 月	☆	☆	☆	23	火	☆	☆	☆	☆
9 火	☆	☆	☆	24	水	☆	☆	☆	☆
10 水	☆	☆	☆	25	木	☆	☆	☆	☆
11 木	☆	☆	☆	26	金	☆	☆	☆	☆
12 金	☆	☆	☆	27	土	☆	☆	☆	☆
13 土	☆	☆	☆	28	日	☆	☆	☆	☆
14 日	☆	☆	☆	29	月	☆	☆	☆	☆
15 月	休館日		30	火			☆	☆	
入場券販売は、 終了30分前までです				31	水		☆	☆	

☆=個人利用実施枠

※1 中学生を除く、15歳以上の方からご利用できます。

※2 トレーニングウェア、室内用シューズをお持ちください。

※3 当施設スタッフによる個別指導も行っております。