

※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	9:00 12:00			13:00 17:00	18:00 21:00		
1	月				16	火				剣柔ア相	
2	火			剣柔ア相	17	水		卓		卓相	
3	水		卓		18	木				剣柔弓相	
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				剣柔ア相	
9	火			剣柔ア相	24	水				卓相	
10	水			卓相	25	木				剣柔弓相	
11	木			剣柔弓相	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			剣柔ア相	
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			9:00 12:00		13:00 17:00	18:00 21:00
1	月					16	火			バド	バド
2	火			バド	バド	17	水				バスケ
3	水					18	木			バレー	バレー
4	木			バレー		19	金				
5	金					20	土			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	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	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				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きます。
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				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。