

個人利用案内 2025年11月

9/11作成

※変更の可能性もございます。

千代田区立スポーツセンター

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

入場券販売は、
終了30分前までです。

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。

		午前 9:00 12:00	午後 13:00 17:00	夜間 18:00 21:00			午前 9:00 12:00	午後 13:00 17:00	夜間 18:00 21:00
1	土		バド		16	日	区民無料開放日		
2	日				17	月	休館日		
3	月				18	火		バド	バド
4	火		バド	バド	19	水			バスケ
5	水			バスケ	20	木		バレー	バレー
6	木		バレー	バレー	21	金			
7	金				22	土			バレー
8	土				23	日			
9	日				24	月			
10	月				25	火		バド	バド
11	火		バド	バド	26	水			バスケ
12	水			バスケ	27	木		バレー	バレー
13	木		バレー	バレー	28	金			
14	金				29	土			
15	土		バスケ		30	日			

入場券販売は、
終了30分前までです。

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 9:00 12:00	午後 12:00 17:00	夜間 17:00 21:00			午前 9:00 12:00	午後 12:00 17:00	夜間 17:00 21:00
1	土		☆	☆	16	日	区民無料開放日		
2	日	☆	☆		17	月	休館日		
3	月		☆		18	火		☆	☆
4	火		☆	☆	19	水		☆	☆
5	水		☆	☆	20	木		☆	☆
6	木		☆	☆	21	金		☆	☆
7	金		☆	☆	22	土		☆	☆
8	土		☆	☆	23	日	☆	☆	
9	日	☆	☆		24	月	大会のため ×		
10	月		☆	☆	25	火		☆	☆
11	火		☆	☆	26	水		☆	☆
12	水		☆	☆	27	木		☆	☆
13	木		☆	☆	28	金		☆	☆
14	金		☆	☆	29	土		☆	☆
15	土		☆	☆	30	日	☆	☆	

入場券販売は
終了30分前までです

☆=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 月曜日の16:00～16:50、土曜日の14:00～14:50は、
教室開催のため、1コースはご利用いただけません

※3 その他プログラム、イベント等でご利用いただけない
場合もございますのであらかじめご了承ください。

トレーニングルーム

		午前 9:00 12:00	午後 12:00 17:00	夜間 17:00 21:00			午前 9:00 12:00	午後 12:00 17:00	夜間 17:00 21:00
1	土	☆	☆	☆	16	日	区民無料開放日		
2	日	☆	☆	☆	17	月	休館日		
3	月	☆	☆	☆	18	火	☆	☆	☆
4	火	☆	☆	☆	19	水	☆	☆	☆
5	水	☆	☆	☆	20	木	☆	☆	☆
6	木	☆	☆	☆	21	金	☆	☆	☆
7	金	☆	☆	☆	22	土	☆	☆	☆
8	土	☆	☆	☆	23	日	☆	☆	☆
9	日	☆	☆	☆	24	月	☆	☆	☆
10	月	☆	☆	☆	25	火	☆	☆	☆
11	火	☆	☆	☆	26	水	☆	☆	☆
12	水	☆	☆	☆	27	木	☆	☆	☆
13	木	☆	☆	☆	28	金	☆	☆	☆
14	金	☆	☆	☆	29	土	☆	☆	☆
15	土	☆	☆	☆	30	日	☆	☆	☆

入場券販売は
終了30分前までです

☆=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。