

個人利用 開催スケジュール

開催区分	時間	発券時間
昼間①	8:00~11:00	7:50~10:30
昼間②	11:30~14:30	11:00~14:00
昼間③	15:00~18:00	14:30~17:30
夜間	18:30~21:30	18:00~20:30

種目 は、個人利用(一般公開)

種目 は、個人利用(指導公開)

※事前予約制ではありません。

※指導公開では、指導員が実技指導、もしくは会場整理等を行います。

指導員の指示に従って利用してください。

※区行事などにより、中止となる場合があります。

※祝日は、個人利用の開催がありません。

※用具の貸出しは、ありません。屋内用シューズ、ラケット、シャトル等、

必ずお持ちください。

※バスケットボール、ビームライフル銃のみ、お貸出しいたします。

※混雑時には、発券を停止し、入場制限をかける場合があります。

※卓球場、弓道場、アーチェリー場のみ、利用日8日前までに団体利用申請がない場合、個人利用に切り替えます。

利用料金

区分	金額
大人	300円
子ども	150円

弓道・アーチェリーの個人利用には、認定が必要です

★ 印の指導公開時に認定会を行っています。

1週間先までの個人利用開催日程は、施設ホームページで確認できます。

お電話でもご確認いただけます。

開催の有無、参加方法は、事前にご確認ください。



【施設ホームページ】

中央区立総合スポーツセンター

TEL 03-3666-1501

施設名	時間帯	日	月	火	水	木	金	土(第2・4)	土(第1・3・5)	
主競技場	昼間①							ニュースポーツ 卓球		
	昼間②									
	昼間③									
	夜間			バスケットボール バドミントン			卓球		バドミントン	
第2競技場	全日	改修工事中								
第1武道場	昼間①									
	昼間②									
	昼間③							柔道・合気道		
	夜間			柔道・合気道			柔道・合気道	柔道・合気道		
第2武道場	昼間①							剣道		
	昼間②							剣道		
	昼間③			拳法						
	夜間			剣道	拳法		剣道			
小体育室	昼間①									
	昼間②									
	昼間③							拳法		
	夜間							拳法		
第2小体育室	昼間①	卓球								
	昼間②	卓球								
	昼間③	卓球						卓球	卓球	
	夜間	卓球			リズム体操			卓球	卓球	
卓球場	昼間①			卓球			卓球	卓球	卓球	
	昼間②			卓球			卓球	卓球	卓球	
	昼間③			卓球				卓球	卓球	
	夜間			卓球	卓球			卓球	卓球	
エアライフル場	昼間①									
	昼間②									
	昼間③								ビームライフル	
	夜間			エアライフル	ビームライフル		エアライフル			
弓道場	昼間①			弓道				弓道	弓道	
	昼間②			弓道				弓道	弓道	
	昼間③			弓道				弓道	弓道	
	夜間			弓道	弓道		弓道	弓道	弓道	
アーチェリー場	昼間①			アーチェリー	アーチェリー		アーチェリー	アーチェリー	アーチェリー	
	昼間②			アーチェリー	アーチェリー		アーチェリー	★アーチェリー	アーチェリー	
	昼間③			アーチェリー	アーチェリー		アーチェリー	アーチェリー	アーチェリー	
	夜間			★アーチェリー	アーチェリー		★アーチェリー	アーチェリー	アーチェリー	

日曜日の昼間③の卓球は 1時間制

リズム体操教室開
開催時間
18:30~20:30

★ 第1,3火曜日のみ実施
18:30~19:30