

荒川総合スポーツセンター 個人利用予定表(2026年2月)

※第一武道場・第二武道場・弓道場・スタジオは使用される前に一度お電話でご確認ください。 03-3802-3901
※令和7年6月より第2水曜日が休館日となります。ご注意ください。

時間区分

【午前】8:00～12:00

【午後1】12:30~15:00

【午後2】15:30~18:0

【夜間】18:30~22:15

2026/2/1 更新

※終日開放の場合は時間区分毎の30分間も継続してご利用いただけます

ライフル場(5射座)

〔表示案内〕

- ・黒塗りの部分は、教室又は団体利用の為、個人利用はありません。種目の記載のある枠は該当種目での個人利用となります。
 - ・第一武道場・第二武道場・弓道場・スタジオの「空白」は、**2日前**までに団体利用の申請がない場合、個人利用といたします。
 - ・施設状況は前日まで変更になることがあります。
 - ・最終受付は21:30までとなります。
 - ・バスケットボール個人利用について**ルールが変更**となります。※2対2以上の練習(試合形式含む)はどちらも不可
入口を背に右側のゴールはシュート練習と1対1の両方が可、左側のゴールはシュート練習のみ可
 - ・令和8年2月1日よりバレーボール個人利用について**ルールが変更**となります。(※コートを占有しての試合形式の利用は不可)
ネットを挟んでサーブ・アタック・レシーブなどの反復練習、ネットを挟まない片面でのラリー練習などは可

【利用上の注意事項】

- ・運動着、室内履きなど必要用具を持参ください。
 - ・適宜水分補給など、自己で体調管理をお願いします。
 - ・複数人で占拠しての利用、他者にご迷惑となる行為はご遠慮ください。

- ・盗難防止を目的に貴重品ロッカーを活用下さい。
- ・施設内は「禁煙」となっております。
- ・不明点、お困りごとは、お近くのスタッフにお申出下さい。
- ・エアライフルは初回者講習会の受講が必要となります。