

ー東京都パラスポーツトレーニングセンター

★予約情報★

最新更新日  
2025年(令和7年)8月28日

|  |        |  |      |  |      |  |     |
|--|--------|--|------|--|------|--|-----|
|  | 駐車場混雑日 |  | 予約可能 |  | 予約不可 |  | 休館日 |
|--|--------|--|------|--|------|--|-----|

| 2026年(令和8年)<br>3月 | 区分  | 時間         | 体育室 | トレーニング室 |    | 多目的室 | 小多目的室 | 小体育室1 | 小体育室2 | 多目的スタジオ | 集会室A | 集会室B | 集会室C |
|-------------------|-----|------------|-----|---------|----|------|-------|-------|-------|---------|------|------|------|
|                   |     |            |     | 個人      | 団体 |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 1日                | 日曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 2日                | 月曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 3日                | 火曜日 | 午前 9時～13時  | 休館日 |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 4日                | 水曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 5日                | 木曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 6日                | 金曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 7日                | 土曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 8日                | 日曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 9日                | 月曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 10日               | 火曜日 | 午前 9時～13時  | 休館日 |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 11日               | 水曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 12日               | 木曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 13日               | 金曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 14日               | 土曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 15日               | 日曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 16日               | 月曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 17日               | 火曜日 | 午前 9時～13時  | 休館日 |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 18日               | 水曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 19日               | 木曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 20日               | 金曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 21日               | 土曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 22日               | 日曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 23日               | 月曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 24日               | 火曜日 | 午前 9時～13時  | 休館日 |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 25日               | 水曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 26日               | 木曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 27日               | 金曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 28日               | 土曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 29日               | 日曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 30日               | 月曜日 | 午前 9時～13時  |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
| 31日               | 火曜日 | 午前 9時～13時  | 休館日 |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 午後 13時～17時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |
|                   |     | 夜間 17時～21時 |     |         |    |      |       |       |       |         |      |      |      |