

## 四谷スポーツスクエア 個人利用について

【指定管理者】

東急スポーツシステム・クリアソン新宿

【更新日】

令和8年4月1日

個人利用は多目的ホールにて、卓球やフットサルをお1人からご参加いただけます。

【利用料】 一般 300円、中学生以下 100円

※卓球(火曜日)・フットサル・バスケットボールを中学生以下のお子様のご利用される際は、

18歳以上の保護者の同伴が必要となります。

付き添いのみで保護者がプレイされない場合は、保護者の利用料は無料となります。

### 卓球

① 実施区分(ご利用時間帯)※いずれも原則祝日および休館日を除く

(A)火曜日 20時00分～21時45分、(B)水曜日 9時30分～12時00分

② 持ち物

室内履き、運動のできる服装、ラケット、ボール、タオル、飲料(※ラケット・ボールはレンタル品あり)

③ ご利用方法

\* (A)は19時30分、(B)は8時45分より窓口にて利用料をお支払いください。

(※個人利用終了までレシートをお持ちください。)

\* 代表者の方に入室順札をお渡します。利用開始時間になりましたら、入室順にお入りください。(※入室順札は入室時にホール入口の所定の場所にお入れください。)

### フットサル

① 実施区分(ご利用時間帯)※いずれも原則祝日および休館日を除く

毎月最終週を除く水曜日 20時00分～21時45分

② 持ち物

室内履き、運動のできる服装、タオル、飲料(※ボールおよびゴールは施設にてご用意いたします。)

③ ご利用方法

\* 19時30分より窓口にて利用料をお支払いください。(※個人利用終了までレシートをお持ちください。)

\* 個人利用のフットサルはウォーミングアップを行った後コーディネーターのもと、ひたすらフットサルの試合を行いますので、お一人、初めて、初心者の方もご気軽にご参加いただけます。

\* 窓口にて利用料をお支払いいただき、運動のできる格好をして多目的ホールにお入りください。多目的ホールにお入りになる際には受付にて発行したレシートをコーディネーターに提示してください。

## バスケットボール

- ① 実施区分(ご利用時間帯)※いずれも原則祝日および休館日を除く  
毎月最終週の水曜日 20 時 00 分～21 時 45 分
- ② 持ち物  
室内履き、運動のできる服装、タオル、飲料(※ボールおよびゴールは施設にてご用意いたします。)
- ③ ご利用方法  
\*19 時 30 分より窓口にて利用料をお支払いください。(※個人利用終了までレシートをお持ちください。)  
\*シューティングおよび 1on1 の練習にご利用いただけます。  
安全のため、3 名以上での練習ならびに、試合形式(ゲーム)のご利用を禁止とさせていただきます。  
\*ダンクは禁止とさせていただきます。ゴールに触れないようご協力をお願いいたします。  
\*窓口にて利用料をお支払いいただき、運動のできる格好をして多目的ホールにお入りください。多目的ホールにお入りになる際には受付にて発行したレシートをコーディネーターに提示してください。

## ピックルボール

- ① 実施区分(ご利用時間帯)※いずれも原則祝日および休館日を除く  
月曜日 13 時 20 分～15 時 20 分
- ② 持ち物  
室内履き(テニスシューズ)、運動のできる服装、パドル、タオル、飲料(※パドルのレンタル品あり)  
ボールから目を護る保護メガネの使用を推奨します。
- ③ ご利用方法  
\*12 時 50 分より窓口にて利用料をお支払いください。(※個人利用終了までレシートをお持ちください。)  
\*個人利用のピックルボールはウォーミングアップを行った後コーディネーターのもと、ひたすらピックルボールの試合を行いますので、お一人、初めて、初心者の方もご気軽にご参加いただけます。  
\*窓口にて利用料をお支払いいただき、運動のできる格好をして多目的ホールにお入りください。多目的ホールにお入りになる際には受付にて発行したレシートをコーディネーターに提示してください。

## 注意事項

- \*個人開放終了時刻には更衣等もお済ませの上、ご退室ください。
- \*更衣室内ロッカーや貴重品ロッカーをご利用の上、多目的ホールには大きな荷物の持込をご遠慮ください。
- \*飛沫感染等の予防対策に配慮した上で、施設をご利用ください。
- \*利用時間開始後も定員等に空きがある場合には、ご参加いただけます。