

区内の スポーツ施設で体を動かそう！

問い合わせ 地域課産業文化振興室(☎025-250-2130)

最近運動不足だけど運動するきっかけがない、体を動かしたいけれど場所がない、できるだけ手ごろな料金で利用したい…そんな時は区内のスポーツ施設を利用してみませんか。子どもから高齢者まで幅広く利用でき、運動を始めるのにおすすめの施設を紹介します。

- ▶ 利用方法など詳しくは各施設に問い合わせてください
- ▶ 運動の際は、運動しやすい服装と運動靴でご利用ください

東総合 東総合スポーツセンター

下山 下山スポーツセンター

庭球場 新潟市庭球場



利用案内

大会開催時や夏季など、開館日や開館時間に変更となる場合があります。詳しくは施設ホームページや館内掲示で確認するか、各施設に問い合わせてください。

東総合スポーツセンター (☎025-272-5150)

月～土曜 午前9時～午後9時

日曜・祝日 午前9時～午後5時

休館日 原則第4月曜日(祝日などにより変更する場合があります)



※天井の改修工事により、メインアリーナ(ランニングコース含む)などの利用を下記期間のとおり休止します。なお、工事の進捗により、休止期間が変更になる場合があります。

- ・メインアリーナ(ランニングコース含む) 令和7年4月～令和8年3月
- ・屋外トリムコース 令和7年4月～令和8年3月
- ・サブアリーナ 令和7年8月～令和8年3月

下山スポーツセンター (☎025-272-7677)

火～土曜 午前9時～午後9時(プールは正午～午後9時)

日曜・祝日 午前9時～午後5時(プールは午前10時～午後5時)

休館日 月曜日(祝日の場合は翌平日)



新潟市庭球場 (☎025-276-8900)

〈3～11月〉月～土曜 午前9時～午後9時30分

日曜・祝日 午前9時～午後5時

〈12～2月〉午前9時～午後5時

休館日 第3木曜日

(午後1時まで。大会などにより変更となる場合あり)



トレーニングするなら

中学生は成人の付き添い(指導)が必要です。
小学生以下は利用できません。

東総合

さまざまなマシンがそろい、初心者から上級者まで、自分に合った器具を選んでトレーニングができます。

利用料金 大人 310円
中学生・65歳以上 130円



下山

ランニングマシンやエアロバイクなど、初心者でも使いやすい器具がそろっています。

利用料金 大人 310円
中学生・65歳以上 130円



水泳するなら

下山

屋内プール

雨の日でも快適に利用でき、25mプールや幼児用プール、ウォータースライダーを備えています。

利用料金 大人 610円
小・中学生・65歳以上 250円

※小学4年生以下の子どもは水着を着た成人の付き添いが必要です



もっと本格的に練習したいときは…

各施設ではスポーツ教室を開催しています。「始めてみたいけどどうしたらいいかわからない」「スキルアップを目指したい」、そんな人におすすめです。詳しくは各施設ホームページ「にいがたスポーツ情報ナビ」に掲載しています。

東総合スポーツセンター



下山スポーツセンター



新潟市庭球場



ランニングするなら

下山

庭球場

トリムコース(屋外)

アスファルトに比べ柔らかい床材を使用し、ランニング時の膝の負担を軽減してくれます。無料で利用することができます。

東総合スポーツセンターは天井の改修工事のため、令和7年4月から令和8年3月(予定)まで屋内ランニングコースと屋外トリムコースの利用を休止します。



クライミングするなら

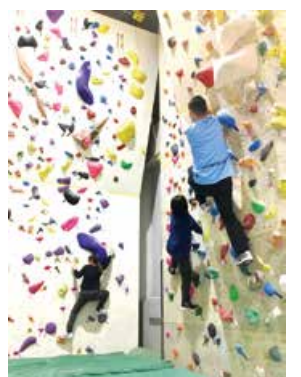
東総合

市有のスポーツ施設で唯一クライミングルームを備えており、人気のクライミングを体験できます。

※小・中学生は成人の付き添いが必要です

※初心者は3.5m(小学生は2m)の高さまで

利用料金 大人 370円
小・中学生・65歳以上 130円



テニスするなら

庭球場

16面ある人工芝のテニスコートはナイター設備を備えており、仕事や学校帰りにも利用できます。利用には事前の予約が必要です。予約は電話・インターネット・庭球場窓口にて受け付けています。

利用料金 1面1時間当たり 1,210円
(ナイター照明利用時は2,060円)

