

地域の

健康作りを

サポート!



会員利用は
ウラ面へ!

中野区地域スポーツクラブ公認クラブ

ご見学やご入会を希望される方は
施設の窓口までお問合せください。

Nakatch体操クラブ

対象 幼児年中～高校生
時間 18:30～20:30
日程 毎週土曜日 第2・第4月曜日
場所 中部スポコミ体育館

初心者向けの体操教室
幼児クラス開講申し込みスタート
※専門クラスはコントロールテストあり。



なかっちアスリートクラブ

サッカーを楽しむために基礎技術と体力
を身につけるための、試合を中心とした
練習を行います。

対象 小学生 時間 低学年 9:30～10:30
高学年 10:30～11:30
日程 毎週日曜日 場所 中部スポコミ屋外運動広場



NBA ナカッチバスケット ボールアソシエーション

バスケットボールの基本技術の習得を
目的とした教室。

対象 小学生・中学生 時間 18:30～20:30
日程 第1・第3日曜日 場所 中部スポコミ体育館

レベルを考慮したリーグ戦を行うことを
目的とする活動です。

対象 18歳以上 場所 南部スポコミ体育館
日時 詳しくは施設窓口までお問い合わせください。



なかっち卓球の広場 実行委員会

卓球初心者から中級クラスまで、4人
のコーチが丁寧に指導します。

対象 特に制限なし 時間 14:00～16:00

日程 毎週火曜日 場所 中部スポコミ
体育館



2023年 10月～12月の地域スポーツクラブ個人開放利用

子ども運動広場

場所 体育館
曜日 ①休館日(第1、第3月曜)以外
の月曜日
②土曜日
時間 ①16:15～18:15
②9:30～11:30
対象者 幼児～小学生
定員 各20名
※幼児は必ず保護者同伴参加
※小学生の保護者同伴参加も可能



テニス

場所 屋外運動広場
曜日 毎週 火曜日
時間 14:00～16:00
対象者 小学生以上
定員 20名



卓球

場所 体育館
曜日 毎週 水曜日
時間 18:30～20:30
対象者 小学生以上
定員 20名
※ただし、小・中学生は保護者同伴参加



お申込方法

当日【券売機】にてチケットを購入してください。

●参加料(1回)/会員:400円 一般:800円

※同伴参加される方も参加料をお支払い頂きます。※定員に達しましたら、チケット発行を終了として、入場は不可となります。

- 営利目的の有無に関わらず団体とみなされる活動のご利用は禁止です。●開放時間内の前後10分間は設置及び撤去時間となります。
- 各種目で使用する道具の貸し出しはありません。各自でお持ちください。
- 新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況等により、個人開放利用の中止、定員の変更等がある場合もございます。

中部スポーツ・コミュニティプラザ

〒164-0011 東京都中野区中央三丁目19番1号(中野区中部すこやか福祉センター併設)

【営業時間】午前9時30分～午後8時45分【休館日】毎月第1、第3月曜日(祝日と重なる場合は、次の平日)年末年始・その他

地域スポーツクラブについてのお問い合わせやご質問は…

Tel.03-3363-0608

詳しくはホームページをご覧ください。

<http://www.nakano-sports-comm.net/>

中部スポーツ・コミュニティプラザ

令和3年4月1日より、指定管理者が【なかの未来グループ】へ変わりました。

