

TOP > 観光スポット > 幅広い分野で活用できる「鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ」

シェア

ツイート



幅広い分野で活用できる「鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ」

2021.11.26 UP 西武新宿線沿線西エリア 投稿者：まるっと中野編集部

[観光スポット]



鷺宮スポーツ・コミュニティプラザの外観。

西武新宿線「鷺ノ宮駅」を下車し、線路横を流れる妙正寺川沿いを西へ歩くこと約3分。中野区が地域における運動・スポーツ活動を促進し、健康で活気のある地域社会づくりに寄与するために設置した「鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ」があります。

館内には、プールや体育館、多目的ルーム、ミーティングルーム、屋外運動場など、多岐にわたる施設が用意されています。

「プール」は区内最大級の広さを誇っており、25mプール（7コース）に加えて幼児用プールもあります。時間帯・コース設定によりウォーキングコースや遊泳コース、自由コースと幅広い用途で利用可能です。



区内最大級の広さが魅力のプール。

2019年に改修された体育館は、バレーボールコート2面分の広々とした空間で、バスケットボールやフットサルは1面、バドミントンやパドルテニスは3面分、卓球台は16台設置できます。



体育館もプールに負けないくらい広々とした空間。

「多目的ルーム」や「会議室」は鏡貼りとなっており、会議はもちろん、フィットネスやダンスの練習にも利用できます。「ミーティングルーム」は防音設備やピアノが設置されており、コーラスや楽器演奏のサークル活動に活用されています。



多目的ルーム。



会議室。



ミーティングルーム。

また、プール教室を初めとする、多くのプログラムが用意されているのも特徴。幼児～大人まで、幅広い世代に対応しています。1年間を通して継続して参加できる「通年教室」だけでなく、3ヶ月で約10回行う「定期教室」、1日参加型の「特別教室」などがあります。

なかでも、「定期教室」はプールを中心に多くのプログラムが設定されています。3ヶ月で完結するプログラムのため、教室に入ることができるタイミングも多く、気軽に参加できると人気です。年齢やレベルで細かく分かれていて、プール教室では約50ものプログラムが用意されています。その他にも「ヨガ」や「ダンス」「体操教室」「クラシックバレエ」「ピラティス」など、フロアプログラムも多彩です。

「通年教室」や「特別教室」も、「体操」や「ダンス」「サッカー」「水泳」「ヨガ」など、幅広いジャンルが用意されています。



「通年教室」や「特別教室」のパンフレット。

利用券を購入すれば、体育館・プールともに一般開放時間内であれば個人利用（種目別）が可能です。（※利用できない時間帯もあります。こちらは事前に公式サイトをご確認ください）

また、各施設は団体の貸し切り利用にも対応しています。こちらは事前予約が必要です。



入り口にある利用券の販売機。

「地域スポーツクラブ」の会員（個人・団体）に登録すると、施設利用料や教室の参加費が会員料金で利用可能になります。登録費は個人500円、団体1000円（ともに税込）。団体会員は非会員に優先して施設利用の申込みをすることができます。個人の会員資格は小学生以上で、区内在住、在勤、在学者であること。団体の会員資格は代表者が18歳以上で構成員が5名以上、半数が区内在住、在勤、在学者であることなどがあげられます。

駅からのアクセスも便利なので、個人利用だけでなく仲間たちとの運動の場、コミュニケーションを図る場所としてご活用ください！

鷺宮スポーツ・コミュニティプラザ

所在地 中野区白鷺3-1-13

電話 03-3337-1771（受付時間 9:00～18:00）

営業時間 9:00～22:30（日・祝日は～21:00）

休館日 毎月第4月曜日、年末年始ほか

アクセス 西武新宿線「鷺ノ宮駅」より徒歩約3分

★公式サイトは[コチラ](#)



※問い合わせ先の記載がない記事については、まるっと中野編集部までお問い合わせ下さい。

掲載場所近隣の区民の皆様にご迷惑をおかけすることをご遠慮いただきますよう、お願い申し上げます。

※掲載情報は全て記事取材当時のものです。