



公益社団法人

日本ウエイトリフティング協会

Japan Weight Lifting Association

2020.9.1

全国ウエイトリフティング場ガイド

National Weight lifting Training ground Guide

							
北海道	岩手県	秋田県	山形県	福島県	群馬県	埼玉県	千葉県
							
東京都	神奈川県	山梨県	新潟県	長野県	富山県	石川県	福井県
							
静岡県	愛知県	岐阜県	三重県	滋賀県	京都府	奈良県	大阪府
							
兵庫県	島根県	岡山県	広島県	香川県	愛媛県	福岡県	大分県
							
佐賀県	熊本県	宮崎県	鹿児島県	沖縄県			

National
Weight lifting
Training ground
Guide

㊦ JWAウエイトリフティング場ガイドの作成にあたって

都道府県WL協会のご協力により、この度全国ウエイトリフティング練習場ガイドを作成しました。

公共施設、民間施設を掲載しており、**高校や大学などの教育施設の練習場は対象外**としています。

新たにウエイトを始めてみたい社会人や大学生など興味のある方は、直接各施設にお問い合わせください。

大会等に出場する際は、都道府県協会並びに日本ウエイトリフティング協会の登録が必要です。

□お問い合わせは下記まで□

日本ウエイトリフティング協会 ☎03-6434-0681 ✉weightlifting@japan-sports.or.jp

TABLE OF CONTENT (目次)

No.	都道府県名	ページ番号	No.	都道府県名	ページ番号
1	北海道	1~2	20	三重県	20
2	岩手県	3	21	滋賀県	20
3	秋田県	3~4	22	京都府	21
4	山形県	5	23	奈良県	21~22
5	福島県	5~6	24	大阪府	22
6	群馬県	6~9	25	兵庫県	23
7	埼玉県	9~10	26	島根県	23~24
8	千葉県	10	27	岡山県	24
9	東京都	10~11	28	広島県	25
10	神奈川県	12	29	香川県	25
11	山梨県	12~13	30	愛媛県	25
12	新潟県	14	31	福岡県	26
13	長野県	14	32	大分県	26
14	富山県	14~15	33	佐賀県	26
15	石川県	16	34	熊本県	27
16	福井県	17	35	宮崎県	27
17	静岡県	17~18	36	鹿児島県	27
18	愛知県	18	37	沖縄県	28
19	岐阜県	18~20			

No.1

都道府県	: 北海道	施設名	: 士別市総合体育館
住所	: 〒095-0004 士別市東4-4	電話番号	: 0165-22-0360
所有者	: 士別市	担当者	:
利用時間	: 9:00~20:45		
指導者	: 有り	指導時間	: 高校16:00~18:30(土9~12時、日曜休) 小中18:00~19:30(月、水、木)
使用料金	: 40円~100円	料金詳細	: 利用料金(利用時間ごと9~12時、13~17時、18~最終) ・市内小中 無料・市外小中 40円/回、150円/3ヶ月定期 ・高校生 70円/回、400円/3ヶ月定期 ・学生・一般 100円/回、800円/3ヶ月定期
使用条件	: ・小中学生は少年団加入(体験可) 月水木18:00~19:30(要予約 3,000円/年/人) ※毎月18日休館(土日祝の場合は翌日)		

No.2

都道府県	: 北海道	施設名	: 札幌西区体育館
住所	: 〒063-0825 札幌市西区発寒5-8-9-1	電話番号	: 011-662-2149
所有者	: 札幌市	担当者	:
利用時間	: 午前(9:00~12:30) 午後(13:00~17:00) 夜間(17:30~21:00)		
指導者	: 有り	指導時間	: 直接お問い合わせください
使用料金	: 130円~390円	料金詳細	: 小中学生(無料) 一般(390円/1回、1950円/6回券、5670円/1か月定期券) 高校(230円/1回、1150円/6回券、3350円/1か月定期券) 65歳以上(130円/1回、650円/6回券、1670円/1か月定期券)
使用条件	: 休館日:第3月曜日 ※不明な点は直接お問い合わせ願います		

No.3

都道府県	: 北海道	施設名	: 北ガスアリーナ札幌46(中央体育館)
住所	: 〒060-0034 札幌市中央区北4西6	電話番号	: 011-251-1815
所有者	: 札幌市	担当者	:
利用時間	: 午前(9:00~12:30) 午後(13:00~17:00) 夜間(17:30~21:00)		
指導者	: 有り	指導時間	: 直接お問い合わせください
使用料金	: 130円~390円	料金詳細	: 小中学生(無料) 一般(390円/1回、1950円/6回券、5670円/1か月定期券) 高校(230円/1回、1150円/6回券、3350円/1か月定期券) 65歳以上(130円/1回、650円/6回券、1670円/1か月定期券)
使用条件	: ※ウエイトリフティング室の利用は中学生以下不可。 高校及び未経験者は登録制にて利用可。 大学・一般の経験者の利用は登録不要。 休館日:第1月曜(祝日の場合は第2月曜)		

No.4

都道府県	: 北海道	施設名	: 厚別公園トレーニングルーム
住所	: 〒004-0033 北海道札幌市厚別区上野幌3条1-2-1	電話番号	: 011-894-1144
所有者	: 札幌市	担当者	:
利用時間	: 9:00~21:00		
指導者	: 有り	指導時間	: 直接お問い合わせください
使用料金	: 300円~500円	料金詳細	: 高校及び65歳以上(300円/1回、3000円/11回数券) 一般(500円/1回、5000円/11回数券)
使用条件	: ※中学生以下利用不可		

No.5

都道府県	: 岩手県	施設名	: 奥州市江刺中央体育館
住所	: 〒023-1105 岩手県奥州市江刺杉ノ町9-1	電話番号	: 0197-31-2100
所有者	: (一社)奥州市体育協会	担当者	:
利用時間	: 9:00~21:00		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 100円~200円	料金詳細	: 児童又は生徒100円 一般200円
使用条件	: 利用規則に従うこと		

No.6

都道府県	: 秋田県	施設名	: 秋田県スポーツ科学センター
住所	: 〒010-0974 秋田県秋田市八橋運動公園1-5	電話番号	: 018-864-7911
所有者	: 秋田県	担当者	:
利用時間	: 9:00~21:00		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 80円~220円	料金詳細	: 個人使用4時間 ・中学生以下:80円 ・高校生:140円 ・一般:220円
使用条件	: 団体予約で使用している場合、一般使用は使用不可		

No.7

都道府県	: 秋田県	施設名	: 能代山本スポーツリポートセンター「アリナス」
住所	: 〒016-0876 秋田県能代市海詠坂3-2	電話番号	: 0185-54-5300
所有者	: 能代山本広域市町村圏組合	担当者	:
利用時間	: 9:00~21:00		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 100円~300円	料金詳細	: 一般300円 学生200円 中学生100円
使用条件	: ・中学生は筋力トレーニングマシンとフリーウエイトは利用出来ない。 ・中学生の午後6時以降の利用は保護者同伴のこと。		

No.8

都道府県	: 秋田県	施設名	: 勤労者体育センター八竜体育館
住所	: 〒018-2401 秋田県山本郡三種町鞆川字西本他65-1	電話番号	: 0185-85-2930
所有者	: 三種町	担当者	:
利用時間	: 9:00~22:00		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	:	料金詳細	: 町内の住民は無料
使用条件	:		

No.9

都道府県	: 秋田県	施設名	: トータルボディサポート
住所	: 〒017-0885 秋田県大館市豊町9-32	電話番号	: 0186-42-6311
所有者	: 渡辺 健	担当者	: 渡辺 健
利用時間	: 10:00~12:00 14:00~20:00		
指導者	: 有り	指導時間	: 10:00~12:00 14:00~20:00
使用料金	: 会費4,500円	料金詳細	:
使用条件	: 対象は高校生・社会人 施術所を併設していますので、「バーベルを落とす」行為を制限する時間もあります。		

No.10

都道府県	: 秋田県	施設名	: 齊藤トレーニングセンター
住所	: 〒018-1602 秋田県南秋田郡八郎潟町浦大町字大道田63	電話番号	: 018-875-5355
所有者	: 齊藤 久治郎	担当者	:
利用時間	: 6:00~21:00		
指導者	: 有り	指導時間	: 9:00~11:00(土日) 14:00~20:00(平日)
使用料金	:	料金詳細	:
使用条件	: 小学生(保護者同伴)、中学生(制限無し)・筋力トレーニング中心 高校生・社会人・競技指導あり		

No.11

都道府県	: 山形県	施設名	: 鶴岡市羽黒体育館トレーニングルーム
住所	: 〒997-0141 山形県鶴岡市羽黒町谷地堰29-1	電話番号	: 0235-62-4789
所有者	: 鶴岡市	担当者	: 江口・丸山
利用時間	: 8:30~21:00		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 150円/1h	料金詳細	: 年会費6000円(年間使用料含む)
使用条件	: 利用規則に従うこと		

No.12

都道府県	: 山形県	施設名	: 蔵王坊平アスリートヴィレッジ ZA0たいらぐち
住所	: 〒999-3113 山形県上山市蔵王坊平国有林241林班	電話番号	: 023-677-0283
所有者	: 蔵王坊平アスリートヴィレッジ 構想推進協議会事務局	担当者	:
利用時間	: 8:30~21:00		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 500円/1h	料金詳細	:
使用条件	: 1団体10名以上予約可		

No.13

都道府県	: 福島県	施設名	: 三宅道場
住所	: 〒963-0126 福島県郡山市三穂田町山口山崎山11-1 のんびり温泉	電話番号	: 024-953-2611
所有者	: ゴールドメダリストを育てる会 理事長 三宅義信	担当者	:
利用時間	: 8:30~21:00		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	:	料金詳細	:
使用条件	:		

No.14

都道府県	： 福島県	施設名	： いわき市立総合体育館
住所	： 〒970-8032 福島県いわき市平下荒川南作100	電話番号	：
所有者	：	担当者	：
利用時間	： 9:00～21:00		
指導者	： 無し	指導時間	：
使用料金	： 一般110円 高校生以下50円	料金詳細	：
使用条件	：		

No.15

都道府県	： 福島県	施設名	： 株式会社久工業所内 ウェイトリフティング練習場
住所	： 〒971-8184 福島県いわき市泉町黒須野字砂利59番地4	電話番号	： 0246-56-2828
所有者	： 株式会社 久工業所	担当者	： 吉本 忍
利用時間	： 17:00～19:00		
指導者	： 有り	指導時間	： 17:00～19:00
使用料金	：	料金詳細	：
使用条件	： 社員のみ使用可		

No.16

都道府県	： 群馬県	施設名	： ALSOKぐんま総合スポーツセンター サブアリーナウエイトリフティング場
住所	： 〒371-0047 群馬県前橋市関根町800	電話番号	： 027-234-5555
所有者	： 群馬県	担当者	：
利用時間	： 9:00～21:00		
指導者	： 無し	指導時間	：
使用料金	： 200円	料金詳細	： 個人利用各時間一人200円、高校生以下は、100円。
使用条件	： 個人利用時間 9:00～11:00 11:00～13:00 13:00～15:00 15:00～17:00 17:00～19:00 19:00～21:00 専用利用 午前9:00～13:00 2,200円、午後13:00～17:00 2,200円 夜間17:00～21:00 2,200円 一日9:00～21:00 6,600円		

No.17

都道府県	: 群馬県	施設名	: ヤマト市民体育館前橋
住所	: 〒371-0816 群馬県前橋市上佐鳥町460-7	電話番号	:
所有者	: 前橋市	担当者	: 春山
利用時間	: 9:00~21:00		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 310円	料金詳細	: 1人1回につき310円、中学生以下1人1回につき100円
使用条件	<p>トレーニング室の規定有り、ウエイト室規定無し。 小学生以下は保護者同伴必要あり、18:00以降中学生以下のみの入場は不可。 室内用シューズでの利用。ウエイトリフティング(バー落下)の使用は不可。 ジム用セット45kg~75kg、16式。パワーリフティング用シャフト20kg5式 占有利用 9:00~12:00 820円、12:00~15:00 820円、15:00~18:00 820円、18:00~21:00 820円、時間外(1時間当たり) 270円</p>		

No.18

都道府県	: 群馬県	施設名	: 高崎アリーナ ウエイトリフティング場
住所	: 〒370-0846 群馬県高崎市下和田町4-1-18	電話番号	:
所有者	: 高崎市	担当者	: 鎌田 朋弘
利用時間	: 8:30~21:00		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 110円/回	料金詳細	:
使用条件	<p>使用料金 一般 110円/回 高校生、中学生 50円/回 ・高校生以上。小学生・中学生までは保護者又は指導者同伴の必要あり。 ・その年度初めて利用する際に確認書の記入をしていただく。 ・人数制限有り ・バーベル数3セット(但し、プレートは昭和58年群馬国体当時の物) ・プラットフォーム 1面 +サブリンク4面</p>		

No.19

都道府県	： 群馬県	施設名	： 沼田小学校講堂記念体育館
住所	： 〒378-0042 沼田市西倉内町650	電話番号	：
所有者	： 沼田市	担当者	： スポーツ振興課
利用時間	： 9:00～21:00		
指導者	： 無し	指導時間	：
使用料金	： 550円／1H	料金詳細	：
使用条件	： 沼田ウエイトリフティング協会が主に利用している。 他者には貸し出しを行った経過なし。貸し出しができるような施設ではない。		

No.20

都道府県	： 群馬県	施設名	： 館林市ダノン城沼アリーナ(城沼総合体育館)
住所	： 〒371-0816 群馬県館林市つつじ町14-1	電話番号	：
所有者	： 館林市	担当者	：
利用時間	： 9:00～21:00		
指導者	： 無し	指導時間	：
使用料金	： 110円	料金詳細	： 一人、1時間、110円
使用条件	<p>■施設使用料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・城沼総合体育館の部分使用について、使用時間が超過したときは、その超過した時間1時間ごとに(30分以内は規定使用料の2分の1、30分を超えたときは、規定使用料の全額)加算した額を徴収します。 ・両毛広域都市圏総合整備推進協議会の6市5町(桐生市、太田市、館林市、みどり市、足利市、佐野市、板倉町、邑楽町、大泉町、千代田町、明和町)以外の住民が使用する場合は倍額とします。 <p>■諸注意</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) 利用時間には、準備及び整備、清掃の時間を含みます。 (2) 利用中に出了ごみ等(観覧席を含みます。)は、必ず責任者が持ち帰ってください。 (3) シューズ等を必要としないスポーツを除き、必ず適切なシューズを着用してください。裸足やスリッパではご利用になれません。 (4) 施設や器具等に対し、故意に叩く、蹴る等の行為を行わないでください。 (5) 学校で施設を利用する場合、受付及び鍵の受渡しは必ず先生または指導者が行ってください。また、利用中は必ず立ち会うようにお願いします。 		

No.22

都道府県	: 群馬県	施設名	: 岩崎ウエイトリフティング場
住所	: 〒370-0846 群馬県藤岡市本郷1205-3	電話番号	:
所有者	: 岩崎 賢二	担当者	: 岩崎 賢二
利用時間	: 利用制限なし		
指導者	: 有り	指導時間	: 9:00~19:00
使用料金	:	料金詳細	:
使用条件	: 個人所有のため、要相談。		

No.22

都道府県	: 埼玉県	施設名	: さいたま市営浦和球場
住所	: 〒330-0073 埼玉県さいたま市浦和区元町1-29-10	電話番号	: 048-885-1613
所有者	: さいたま市	担当者	:
利用時間	:		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 40円~100円	料金詳細	: 2時間(市内・市外料金制)中高生40円、大人100円
使用条件	: 中学生は保護者か指導者が必要		

No.23

都道府県	: 埼玉県	施設名	: さいたま市立浦和駒場体育館
住所	: 〒330-0051 埼玉県さいたま市浦和区駒場2-5-6	電話番号	: 048-885-6010
所有者	: さいたま市	担当者	:
利用時間	:		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 50円~100円	料金詳細	: 2時間(市内・市外料金制)中高生50円、大人100円
使用条件	: 講習会受講が必要。 中学生は保護者か指導者の同伴が必要。		

No.24

都道府県	: 埼玉県	施設名	: 埼玉県立スポーツ研修センター
住所	: 〒362-0031 埼玉県上尾市東町3-1679	電話番号	: 048-774-5551
所有者	: 埼玉県	担当者	:
利用時間	:		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 200円	料金詳細	: 利用料1区分(午前・午後・夜間)県外者は1.5倍の料金
使用条件	: 講習会受講が必要		

No.25

都道府県	: 千葉県	施設名	: FCアスリートクラブ 合宿所
住所	: 〒299-4314 千葉県長生郡一宮町新地1999-4	電話番号	: 0475-36-2345
所有者	: 古川雄基	担当者	: 澤邊知子
利用時間	: 9:00~20:00		
指導者	: 有り	指導時間	:
使用料金	: 5000円/月	料金詳細	:
使用条件	: ホームページから問い合わせが必要、会員登録後に使用可能。 利用料金 ビジター 一般 1500円、学生 1000円 指導者は要予約		

No.26

都道府県	: 東京都	施設名	: <にたちウエイトリフティング教室
住所	: 〒186-0003 国立市富士見台2-2-7	電話番号	: 090-3878-7456
所有者	: 荻原広行	担当者	: 荻原広行
利用時間	: 9:00~22:00		
指導者	: 有り	指導時間	:
使用料金	:	料金詳細	:
使用条件	:		

No.27

都道府県	: 東京都	施設名	: クロスフィット代々木
住 所	: 〒151-0053 東京都渋谷区代々木5-57-6	電話番号	: 03-3465-3311
所有者	: 荻原広行	担当者	:
利用時間	: 6:45~22:00		
指導者	: 有り	指導時間	:
使用料金	:	料金詳細	:
使用条件	:		

No.28

都道府県	: 東京都	施設名	: クロスフィット代官山
住 所	: 〒150-0033 東京都渋谷区猿楽町24-1 ROOB11B1F	電話番号	: 03-6892-4800
所有者	: 荻原広行	担当者	:
利用時間	: 6:00~20:30		
指導者	: 有り	指導時間	:
使用料金	:	料金詳細	:
使用条件	:		

No.29

都道府県	: 東京都	施設名	: クロスフィット築地
住 所	: 〒104-0045 東京都中央区築地3-1-1-8F	電話番号	: 03-6661-6147
所有者	:	担当者	: 澤邊 知子
利用時間	: 10:00~18:00		
指導者	: 有り	指導時間	:
使用料金	:	料金詳細	:
使用条件	:		

No.30

都道府県	: 神奈川県	施設名	: 横浜市磯子スポーツセンターウエイトリフティング場
住所	: 〒235-0033 神奈川県横浜市磯子区杉田5-32-15	電話番号	: 045-771-8120
所有者	: 横浜市	担当者	:
利用時間	: 9:00~21:00		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 2時間400円	料金詳細	:
使用条件	:		

No.31

都道府県	: 山梨県	施設名	: 山梨市民総合体育館 トレーニングルーム
住所	: 〒405-0014 山梨県山梨市上石森701	電話番号	: 0553-22-5600
所有者	: 山梨市(指定管理者:株式会社フィット)	担当者	:
利用時間	: 午前(9:00~12:00) 午後(13:00~17:00) 夜間(18:00~22:00)		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 午前午後:160円 夜間:220円	料金詳細	: ・市民でない利用者の場合は5割増しの額となる。 ・高校生以下の使用料は2分の1の額となる。
使用条件	: この調査に記載した使用料金は部分使用料の一人当たりの料金です。条件は次の通り ・使用料には備え付けのスポーツ器具の利用を含む。 ・利用は高校生以上を原則とする。		

No.32

都道府県	： 山梨県	施設名	： 山梨市牧丘B&G海洋センター トレーニングルーム
住所	： 〒404-0013 山梨県山梨市牧丘町窪平422-1	電話番号	： 0553-35-4411
所有者	： 山梨市(指定管理者:株式会社フィッツ)	担当者	：
利用時間	： 午前(9:00~12:00) 午後(13:00~17:00) 夜間(18:00~22:00)		
指導者	： 無し	指導時間	：
使用料金	： 50円~250円	料金詳細	： 小・中・高校生(市民50円、市外100円) 一般(市内150円、市外250円) 市民ではない利用者の使用料は5割増しの額となる。
使用条件	：		

No.33

都道府県	： 山梨県	施設名	： 山梨県富士北麓公園 フリーウェイトトレーニング室
住所	： 〒403-0005 山梨県富士吉田市上吉田字立石5000	電話番号	： 0555-24-3651
所有者	： 山梨県(指定管理者:公益財団法人山梨県スポーツ協会)	担当者	：
利用時間	： 8:00~22:00 半日単位、4時間まで		
指導者	： 無し	指導時間	：
使用料金	： 70円~330円	料金詳細	： 一般・大学生:330円 高校生:160円 中学生以下:70円
使用条件	<p>一般及び大学生は、健康運動指導士、スポーツプログラマー、トレーニング指導士等の資格所有者、または、利用講習会を受講し、利用講習会終了証を有する者(以下「有資格者等」という。)を1名以上含み、2人以上での利用で、互いに補助を行えること。</p> <p>高校生及び中学3年生は、有資格者等もしくは利用講習会終了証を有し指導及び補助ができる指導者又は保護者が同伴すること。(同伴者も利用料金が必要)(高校生及び中学生は学生証の提示が必要)詳しくはホームページで確認してください。</p>		

No.34

都道府県	: 新潟県	施設名	: 田上ウエイトリフティング場
住所	: 〒959-1502 新潟県南蒲原郡田上町田上五社丙2948-1	電話番号	: 090-4829-2774
所有者	: 小嶋 栄二	担当者	: 小嶋栄二
利用時間	: 現時点で不定期 火曜日のみ18:00~20:00		
指導者	: 有り	指導時間	: 18:00~20:00(火曜日以外不定期)
使用料金	: 現時点では無料	料金詳細	: 今後必要な場合があります。
使用条件	: ・高校生までは保護者の同意が必要。 ・現時点では、指導者が居るときのみ使用可能。		

No.35

都道府県	: 長野県	施設名	: トラウマトレーニングスタジオ
住所	: 〒390-1401 長野県松本市波田10739-10	電話番号	: 0263-91-1171
所有者	: 清沢 英彦	担当者	: 清沢 英彦
利用時間	: 24時間		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 500円	料金詳細	: ビジター料金
使用条件	: 使用にあたっては、管理者までお問い合わせください。		

No.36

都道府県	: 富山県	施設名	: 富山県総合体育センター
住所	: 〒939-8252 富山県富山市秋ヶ島183	電話番号	: 076-429-5455
所有者	: 富山県体育協会	担当者	: 山地
利用時間	: 9:00~21:00		
指導者	: 有り	指導時間	: 9:00~21:00
使用料金	: 200円~400円	料金詳細	: 一般400円 児童および生徒200円 シニア320円
使用条件	: ・小・中学生までは指導者および保護者同伴が必要 ・その他…シャフトは10本ある		

No.37

都道府県	: 富山県	施設名	: 富山市総合体育館
住所	: 〒930-0805 富山県富山市湊入船町12-1	電話番号	: 076-444-6688
所有者	: 富山市体育協会	担当者	:
利用時間	: 9:00~21:00		
指導者	: 有り	指導時間	: 9:00~21:00
使用料金	: 230円~450円	料金詳細	: 大人450円 小人230円
使用条件	<ul style="list-style-type: none"> ・小学生は利用できない ・中学生以上が利用できる ・シャフト8本程度 		

No.38

都道府県	: 富山県	施設名	: 滑川市総合体育センター
住所	: 〒936-0023 富山県滑川市柳原238	電話番号	: 076-475-9233
所有者	: 滑川市体育協会	担当者	: 池田
利用時間	: 9:00~21:00		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 100円~200円	料金詳細	: 大人200円 小人100円
使用条件	<ul style="list-style-type: none"> ・小学生は利用できない ・中学生は指導者同伴の必要あり ・シャフトは4本程度 		

No.39

都道府県	： 石川県	施設名	： 珠洲市ウエイトリフティング場
住所	： 〒927-1213 石川県珠洲市野々江町セ部17番1地	電話番号	： 0768-82-5100
所有者	： 珠洲市	担当者	：
利用時間	： 9:00～21:30		
指導者	： 無し	指導時間	：
使用料金	： 50円	料金詳細	： 4時間（市民以外は1.5倍）
使用条件	：		

No.40

都道府県	： 石川県	施設名	： 金沢市総合体育館
住所	： 〒921-8116 金沢市泉野出町3丁目8番1号	電話番号	： 076-247-0088
所有者	： 金沢市スポーツ事業団	担当者	： 荻原広行
利用時間	： 9:00～22:00		
指導者	： 無し	指導時間	：
使用料金	： 210円	料金詳細	： 3時間
使用条件	：		

No.41

都道府県	： 石川県	施設名	： いしかわ総合スポーツセンター
住所	： 〒920-0355 石川県金沢市稚日野町北222番地	電話番号	： 076-268-2222
所有者	： 石川県体育協会	担当者	：
利用時間	： 9:00～22:00		
指導者	： 無し	指導時間	：
使用料金	： 410円	料金詳細	： 2時間当たり
使用条件	：		

No.42

都道府県	： 福井県	施設名	： 小浜市ウエイトリフティング場
住所	： 〒917-0074 福井県小浜市後瀬町9-38	電話番号	： 0770-53-0064
所有者	： 小浜市	担当者	： 小浜市生涯学習センター スポーツ課
利用時間	： 9:00～22:00		
指導者	： 無し	指導時間	：
使用料金	： 400円～500円	料金詳細	： 9時～17時:1時間400円 17時以降1時間500円
使用条件	：		

No.43

都道府県	： 福井県	施設名	： 福井市ウエイトリフティング場
住所	： 〒910-0857 福井県福井市豊島2-5-5	電話番号	：
所有者	： 福井市ウエイトリフティング協会	担当者	：
利用時間	： 18:00～21:00(月～金)		
指導者	： 無し	指導時間	：
使用料金	： 年会費12,000円	料金詳細	： 高校生は年会費5000円
使用条件	：		

No.44

都道府県	： 静岡県	施設名	： 養生館
住所	： 〒424-0812 静岡県静岡市清水区小芝町2-27	電話番号	： 090-3457-0330
所有者	： 平岡 力	担当者	： 平岡 力
利用時間	： 8:00～22:00		
指導者	： 有り	指導時間	： 午後からならいつでも
使用料金	： 無料	料金詳細	：
使用条件	： 未経験者は、平岡力が指導します。		

No.45

都道府県	： 静岡県	施設名	： 清水ナショナルトレーニングセンター
住所	： 〒424-0105 静岡県静岡市清水区山切1487-1	電話番号	：
所有者	： 静岡市	担当者	：
利用時間	： 9:00～21:00		
指導者	： 有り	指導時間	： 希望による
使用料金	： 1時間1000円	料金詳細	：
使用条件	：		

No.46

都道府県	： 愛知県	施設名	： ドルフィンズアリーナ 愛知県体育館
住所	： 〒460-0032 名古屋市中区二の丸1-1	電話番号	： 052-971-2516
所有者	： 愛知県	担当者	： 中西
利用時間	： 16:00～20:00		
指導者	： 有り	指導時間	： 16:00～20:00
使用料金	： 1200円	料金詳細	： ・使用料金 1か月10回の料金
使用条件	<ul style="list-style-type: none"> ・中学生以上 ・指導者の判断による ・プラットフォームは1面だが、8m四方 		

No.47

都道府県	： 岐阜県	施設名	： 土岐市ウエイトリフティング場
住所	： 岐阜県土岐市御幸町3丁目付近(詳細住所なし)	電話番号	： 設置なし
所有者	： 土岐市教育委員会・土岐市体育協会	担当者	： 土岐市ウエイトリフティング協会 戸松 伸隆
利用時間	： 特に制限なし		
指導者	： 有り	指導時間	： 17:00～18:00
使用料金	： 無料	料金詳細	：
使用条件	<ul style="list-style-type: none"> ・初回は土岐市ウエイトリフティング協会会員の立ち合いのもと、面談等実施。 ・利用方法等の説明後、利用可能となる。また、ウエイトリフティング協会に加盟することが望ましい。 		

No.48

都道府県	： 岐阜県	施設名	： 可児市運動公園ウエイトリフティング場
住所	： 〒509-0241 可児市坂戸987-4	電話番号	：
所有者	： 可児市	担当者	： 指定管理者KSCグループ
利用時間	： 9:00～22:00		
指導者	： 無し	指導時間	：
使用料金	： 1時間500円	料金詳細	：
使用条件	：		

No.49

都道府県	： 岐阜県	施設名	： 岐阜メモリアルセンタートレーニング室
住所	： 〒502-0817 岐阜市長良福光大野2675-28	電話番号	：
所有者	： 岐阜県	担当者	：
利用時間	： 9:30～20:00		
指導者	： 無し	指導時間	：
使用料金	： 2時間340円	料金詳細	：
使用条件	：		

No.50

都道府県	： 岐阜県	施設名	： 大垣市総合体育館
住所	： 〒503-0006 大垣市加賀野4丁目62番地	電話番号	： 0584-78-1122
所有者	： 大垣市	担当者	： 大垣市総合体育館 大垣市体育連盟
利用時間	： 9:00～21:00(特に制限なし)		
指導者	： 無し	指導時間	：
使用料金	： 150円/3h	料金詳細	：
使用条件	： 中学生は指導者の付き添いが必要		

No.51

都道府県	： 岐阜県	施設名	： 岐阜市民総合体育館トレーニング室
住所	： 〒500-8146 岐阜市九重町4丁目24	電話番号	： 090-3878-7456
所有者	： 岐阜市民総合体育館トレーニング室	担当者	： 岐阜市
利用時間	： 9:00～21:00		
指導者	： 無し	指導時間	：
使用料金	： 200円/2h	料金詳細	：
使用条件	：		

No.52

都道府県	： 三重県	施設名	： 四日市市総合体育館
住所	： 〒510-0886 四日市市日永東1丁目3番21号	電話番号	： 059-348-4100
所有者	： 四日市市	担当者	：
利用時間	： 9:00～21:00		
指導者	： 無し	指導時間	：
使用料金	： 300円	料金詳細	：
使用条件	： トレーニング場に設定されたフリーウエイトのスペースで、ウエイトリフティング練習場ではありません。 炭酸マグネシウム使用禁止など有り		

No.53

都道府県	： 滋賀県	施設名	： 大津市勤労者体育センター
住所	： 〒520-0806 滋賀県大津市打出浜1番6号	電話番号	： 077-522-7474
所有者	： 一般財団法人大津市勤労者互助会	担当者	：
利用時間	： 9:00～21:00 ※日曜日は17時まで 毎月第3日曜日、祝日、年末年始等休み		
指導者	： 無し	指導時間	：
使用料金	： 150円～230円	料金詳細	： 2時間150円、それ以外2時間230円 大津市に居住または勤務している者
使用条件	： 施設・備品ともに年数が経っており、プラットフォームは凹凸があります。高重量での練習はおすすめできません。 使用方法等詳細は施設にお問い合わせください。		

No.54

都道府県	: 京都府	施設名	: 京都トレーニングセンター
住所	: 〒622-0232 京都府船井郡京丹波町曾根崩下代110番地7	電話番号	: 0771-82-0300
所有者	: 京都府	担当者	:
利用時間	: 9:00~21:00		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 150円~300円	料金詳細	: 一般300円、小・中・高校生150円
使用条件	: 一般利用の小学生の入場は保護者同伴。 パーペルを利用してのトレーニングについては高校生以上。		

No.55

都道府県	: 奈良県	施設名	: ジェイテクトアリーナ奈良
住所	: 〒634-0065 奈良県橿原市畝傍町51	電話番号	: 0744-22-6000
所有者	: 奈良県	担当者	: 奈良県エアリアルフィギュア協会 理事長 宇野達也
利用時間	: 9:00~21:00		
指導者	: 有り	指導時間	: 強化練習会開催時(月1回程度)
使用料金	: 250円~500円	料金詳細	: 一般個人使用は1回510円(高校生以上) 中学生以下は250円 上記強化練習会時は無料(協会負担)
使用条件	: ・小学生・中学生・高校生までは保護者もしくは指導者同伴の必要あり		

No.56

都道府県	: 奈良県	施設名	: ならでんアリーナ(奈良市中央第二体育館)
住所	: 〒630-8108 奈良県奈良市法蓮佐保山4-1-3	電話番号	: 0742-24-1501
所有者	: 奈良市	担当者	: 奈良県バドミントン協会 会長 道下健一
利用時間	: 9:00~21:00		
指導者	: 有り	指導時間	:
使用料金	: 150円~300円	料金詳細	: ヲイリフヱグ・ハワリフヱグをする場合、月2,000円 料金は150円から300円(時間帯による)
使用条件	<ul style="list-style-type: none"> ・小学生・中学生・高校生は使用不可。(所属校の指導者がいたとしても) ・バドミントン・バドミントンの指導者は、月、火、木、金の18時~21時はありますが、月謝2,000円が必要です。 ・それ以外の曜日、時間帯は個人使用できますが、不定期の講習会を受講する必要があります。 		

No.57

都道府県	: 大阪府	施設名	: はびきのコロセラム
住所	: 〒583-0885 大阪府羽曳野市南恵我之荘4-237-4	電話番号	: 072-937-3123
所有者	: 羽曳野市	担当者	: みのりの里 管理公社
利用時間	: 9:00~21:00		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 620円~1,240円	料金詳細	:
使用条件	: 中学生までは保護者同伴の必要あり、高校生からは経験者のみ使用可能。		

No.58

都道府県	: 兵庫県	施設名	: 尼崎市記念公園ベイコム総合体育館・トレーニング室
住所	: 〒660-0805 尼崎市西長洲町1丁目4-1	電話番号	: 06-6489-2027
所有者	: 尼崎市	担当者	:
利用時間	: 9:15~10:00	指導時間	:
指導者	: 無し	料金詳細	: 小中学生~大人、市内在住在勤~市外等の料金設定あり。
使用料金	: 30円~600円(1日) 300円~6,000円(月ごと)		
使用条件	: パーベル数 5本 (男子3本 女子2本) ただし一度に練習できるのは、3カ所		

No.59

都道府県	: 島根県	施設名	: 松江市総合体育館
住所	: 〒690-0826 島根県松江市学園南1-21-1	電話番号	: 0852-25-1700
所有者	: 松江市	担当者	: 落合
利用時間	: 9:00~22:00	指導時間	:
指導者	: 有り	料金詳細	: 一律300円
使用料金	: 300円		
使用条件	:		

No.60

都道府県	: 島根県	施設名	: 島根県立石見武道館
住所	: 〒697-0024 島根県浜田市黒川町3735	電話番号	: 0855-23-7170
所有者	: 島根県	担当者	: 河井
利用時間	: 9:00~21:00	指導時間	:
指導者	: 無し	料金詳細	: ・中高生100円 ・大学220円 ・一般320円 ・65歳以上200円
使用料金	: 100円~320円		
使用条件	:		

No.61

都道府県	: 島根県	施設名	: カミアリーナ
住 所	: 〒699-0722 島根県出雲市大社町北荒木1868-10	電話番号	: 0853-53-4533
所有者	: 島根県	担当者	: 岩本
利用時間	: 8:30~21:00		
指導者	: 有り	指導時間	:
使用料金	: 80円~160円	料金詳細	: 児童生徒2時間80円 その他2時間160円
使用条件	:		

No.62

都道府県	: 島根県	施設名	: 島根県立プール
住 所	: 〒690-0015 島根県松江市上乃木10-4-2	電話番号	: 0852-60-5053
所有者	: 島根県	担当者	: 吉岡 信道
利用時間	: 7月~8月 9:00~21:00 日、祝日 9:00~17:00		
指導者	: 有り	指導時間	:
使用料金	: 100円~230円	料金詳細	: 1回当たり ・中高生100円 ・大学生230円 ・65歳以上200円
使用条件	:		

No.63

都道府県	: 岡山県	施設名	: 倉敷運動公園ウエイトリフティング場
住 所	: 〒710-0835 倉敷市四十瀬4番地 倉敷運動公園内ウエイトリフティング場	電話番号	: 086-425-0856
所有者	: 倉敷市スポーツ振興協会 岡山県ウエイトリフティング協会	担当者	: 牧野 吉伸
利用時間	: 8:30~22:00		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 1時間110円	料金詳細	:
使用条件	: 岡山県ウエイトリフティング協会所属の選手、もしくは岡山県ウエイトリフティング協会所属の選手の付き添いありで利用可		

No.64

都道府県	: 広島県	施設名	: 株式会社ニッポー道場
住所	: 〒736-0082 広島県広島市安芸区船越南3-16-1	電話番号	: 082-822-2181
所有者	: 株式会社ニッポー	担当者	: 岩岡 怜
利用時間	: 18:30~20:00		
指導者	: 有り	指導時間	: 18:30~20:00
使用料金	: 無料	料金詳細	:
使用条件	: 入会時、指導者との面談あり。 月、水、金曜日のみ利用可能。		

No.65

都道府県	: 香川県	施設名	: 香川県立丸亀競技場(pikaraスタジアム)
住所	: 〒763-0053 香川県丸亀市金倉町830	電話番号	: 0877-21-5800
所有者	: 県営施設	担当者	:
利用時間	: 9:00~21:00		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 200円	料金詳細	: 回数券・定期券あり
使用条件	: ・利用者講習を受講しなければならない。		

No.66

都道府県	: 愛媛県	施設名	: 新居浜市ウエイトリフティング練習場
住所	: 〒792-0864 愛媛県新居浜市東雲町一丁目1番25号	電話番号	: 0897-34-1888
所有者	: 新居浜市	担当者	: 小野 正
利用時間	: 9:00~21:00		
指導者	: 有り	指導時間	:
使用料金	: 無料	料金詳細	:
使用条件	: 担当者電話番号 小野 正(090-8976-3721)		

No.67

都道府県	福岡県	施設名	福岡県立スポーツ科学情報センター
住所	〒812-0852 福岡市博多区東平尾公園2-1-4	電話番号	092-611-1717
所有者	公益財団法人福岡県スポーツ振興センター	担当者	中山純治(スポーツ推進課長)
利用時間	9:00~21:00		
指導者	無し	指導時間	
使用料金	370円(+50)	料金詳細	基本使用料370円とロッカー代50円
使用条件	高校生以上のみ使用可能(福岡県タレント発掘事業受講生は指導者同伴で使用可) マシンの使い方のみ初回講習有り。		

No.68

都道府県	大分県	施設名	日田市ウエイトリフティング練習場
住所	〒877-0023 日田市田島3-29(日田市総合体育館横)	電話番号	0973-24-6750
所有者	日田市 日田ウエイトリフティング協会	担当者	杉山太郎
利用時間	特に決まっていない		
指導者	無し	指導時間	
使用料金	年会費5,000円	料金詳細	
使用条件	日田ウエイトリフティング協会への入会。道場利用規約を守ること。		

No.69

都道府県	佐賀県	施設名	SAGAサンライズパーク
住所	〒849-0923 佐賀県佐賀市日の出2-1-10	電話番号	0952-39-5311
所有者	佐賀県	担当者	小川 稔
利用時間	9:00~19:30		
指導者	無し	指導時間	
使用料金	50円~100円	料金詳細	大人100円 小人50円
使用条件	中学生までは指導者の下で行う必要がある ※常駐の指導者はいませんが、個別に相談は受けています。		

No.70

都道府県	: 熊本県	施設名	: 熊本県立総合体育館
住所	: 〒860-0079 熊本県熊本市西区上熊本9番28号	電話番号	: 096-356-1233
所有者	: 熊本県 一般社団法人熊本県スポーツ振興事業団	担当者	:
利用時間	:		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 390円	料金詳細	: 2時間
使用条件	: ・原則として中学生以下のトレーニング室利用はお断りとなっています。		

No.71

都道府県	: 宮崎県	施設名	: ひなた宮崎県総合運動公園トレーニング場
住所	: 〒889-2151 宮崎県宮崎市大字熊野2206-1	電話番号	: 0985-58-5151
所有者	: 宮崎県	担当者	: 宮崎県スポーツ施設協会
利用時間	: 17:00~20:00		
指導者	: 有り	指導時間	: 17:00~20:00
使用料金	: 1hあたり650円	料金詳細	:
使用条件	:		

No.72

都道府県	: 鹿児島県	施設名	: 入来総合運動場体育館内ウエイトリフティング室
住所	: 〒895-1401 鹿児島県薩摩川内市入来町副田6029-1	電話番号	: 0996-44-3358
所有者	: 薩摩川内市	担当者	:
利用時間	: 8:30~22:00		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 250円	料金詳細	:
使用条件	: 暖冷房は別途有料。バーベルや、プラットフォームなどの器具は全て鹿児島県ウエイトリフティング協会の持ち物となっているため、事前に協会の事務局へ連絡していただきたい。		

No.73

都道府県	: 沖縄県	施設名	: 沖縄県立武道館
住所	: 〒900-0026 沖縄県那覇市奥武山町52	電話番号	: 098-858-2700
所有者	: 沖縄県	担当者	: 平良
利用時間	: 9:00~21:00		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 90円~160円	料金詳細	: 1回2時間 大人:160円 小人:90円 シルパ-(65歳以上):90円 ※土曜日の午前中は高校生以下無料開放をとっている。
使用条件	<p>高校生以下は保護者(責任者)の同伴が必要。 屋内シューズを必ず着用する。 合宿(団体)でのご利用は13:00から16:00までとしている。 その他、利用上の注意事項等を遵守する。 施設を専用(講習会など)する場合は手続きが必要。</p>		

No.74

都道府県	: 沖縄県	施設名	: <いなエコ・スポレク公園 ウェイトトレーニングハウス
住所	: 〒905-1411 沖縄県国頭郡国頭村辺土名121	電話番号	: 0980-41-2622
所有者	: 国頭村	担当者	: 企画商工観光課・知花
利用時間	: 8:30~21:00		
指導者	: 無し	指導時間	:
使用料金	: 100円~200円	料金詳細	: 1時間 小・中・高100円 一般・大学200円 一般・大学・高校生(団体)500円 職業チーム(団体)1,000円
使用条件	小・中・高校生が使用する場合は必ず顧問、指導者が引率。		

National Weight Lifting Training ground Guide



日本ウエイトリフティング協会

Japan Weight Lifting Association

☎160-0013 東京都新宿区霞ヶ丘町4-2 JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE

☎03-6434-0681 ✉weightlifting@japan-sports.or.jp