

釧路市春採アイスアリーナ

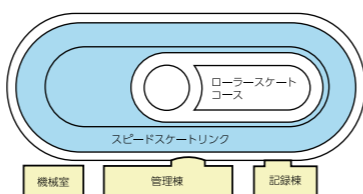
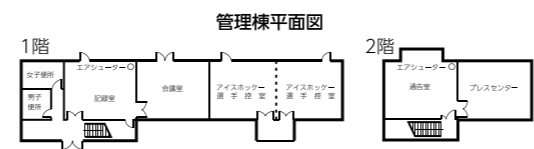
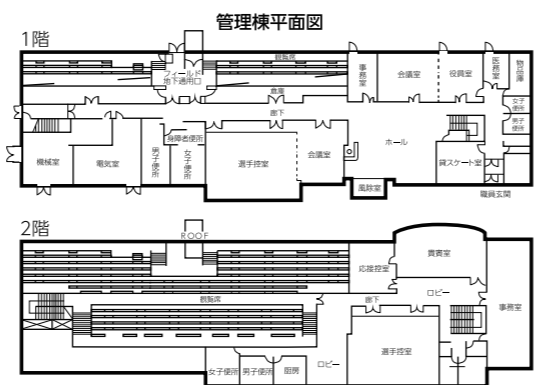
北海道釧路市春採7-1



敷地面積/9,962.78㎡
 建築面積/4,029.36㎡
 延床面積/4,908.98㎡
 構造/鉄筋コンクリート造一部鉄骨造2階建
 収容人員/3,000人
 (固定席 1,500人・立見 1,500人)
 施設内容/アイスホッケーリンク 30m×60m 1面
 冷却方式 OHAアイスパネル方式
 交通アクセス/釧路駅よりバスで16分(春採アイスアリーナ下車)

釧路市柳町スピードスケート場

北海道釧路市柳町1-1



建築面積/管理棟 1,296.5㎡
 記録棟 219㎡
 延床面積/管理棟 2,213.139㎡
 1階 1,225.130㎡
 2階 988.009㎡
 記録棟 317㎡
 1階 216㎡
 2階 101㎡

構造/管理棟 鉄筋コンクリート造2階建
 記録棟 コンクリートブロック造2階建
 収容人員/室内観覧席 883人
 盛土スタンド 5,000人
 施設内容/日本スケート連盟公認
 1周400m×15m 1面
 冷却方式 鋼管理設方式
 夜間照明設備完備
 電光時計計測システム設置
 交通アクセス/釧路駅よりバスで9分(日赤病院通下車)

北海道 釧

路 市



スポーツ合宿ガイドブック

KUSHIRO CITY TRAINING CAMP GUIDEBOOK

釧路市教育委員会スポーツ課

合宿のお申込み、お問合せは
0154-31-2600
 su-sport@city.kushiro.lg.jp



釧路合宿でのメリット!

1 とにかく、涼しい!!

快適空間都市「釧路」の涼しさ

月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
日平均気温(°C)	-4	-4	1.5	4.1	9.4	14.1	16.5	19.5	17.2	12.2	5.8	-2.5
日平均最高気温(°C)	0.3	0.1	5.1	8.0	13.7	18.0	19.4	23.6	20.6	16.3	9.8	2.2
日平均最低気温(°C)	-8.9	-8.8	-2.1	0.3	5.9	11.4	14.3	16.4	14.1	7.7	1.4	-7.8
月合計降水量(mm)	34.5	27	129.5	65	45	149.5	36	95	122	143.5	8.5	0.5
士別市 日平均最高気温(°C)	-4	-2.5	4.1	9.3	17.7	21.4	26.0	26.5	22.9	14.6	6	-2.7
千歳市 日平均最高気温(°C)	-0.3	0	6.9	11.4	17.4	21.4	22.9	26.0	22.9	16.7	9.8	1.7

気候は四季が不明瞭で一年中涼しく、夏でも平均気温が20度ほどであるが冬の降雪が非常に少なく過ごし易いのが魅力です。釧路の家庭にはエアコンが、ほとんど無いことから、いかに夏が涼しいかがわかります。「日本の避暑地」「天然クーラーのある街」と言われております。

2 とにかく、飯がうまい!



北海道東部に位置する釧路は、食材の宝庫。漁港「釧路港」があり海の幸はもちろん、山の幸もあり、さらには広大な土地から獲れる農産物も豊富と、グルメに事欠かないエリアです。宿泊施設での食事でも地場産にこだわるところが多くあり、釧路産の食材を使ったアスリート向けのメニューを提供するところもあります。また、北海道でも名の知れた歓楽街「末広」に出向けば、炭火で海産物を焼く炉端焼きや寿司や割烹など幅広い北海道の食を堪能できます。



3 豊富な練習会場とコース



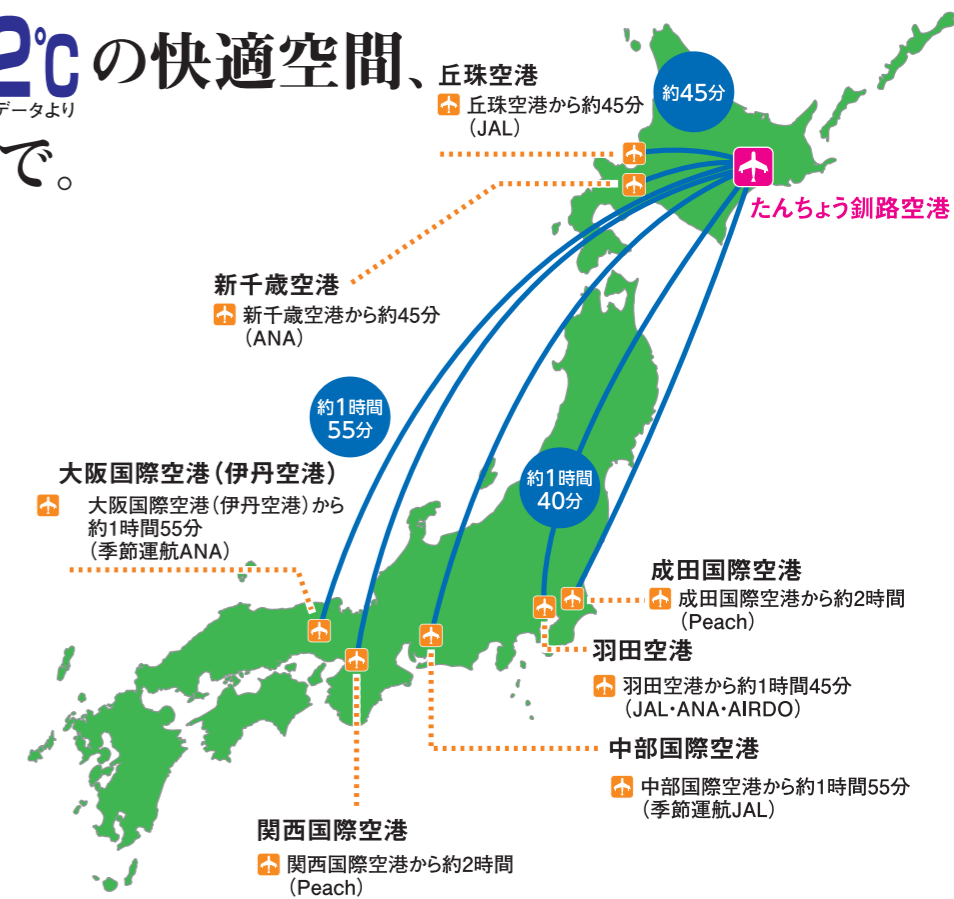
トラック1周400m、8コースで全天候型舗装の釧路市民陸上競技場をはじめ、クレイ舗装の附属競技場の他、日本最大の湿原がある国立公園「釧路湿原国立公園」に隣接する「湿原の夢ロード」と呼ばれるコースや平地と起伏があるコースなど豊富なロードコースがあります。また、陸上競技場に隣接する湿原の風アリーナ釧路は道内有数の多目的アリーナであり、屋内トレーニングも実施できます。



合宿のまち
釧路PR



平均最高気温 21.2°C の快適空間、 関西から約120分で。

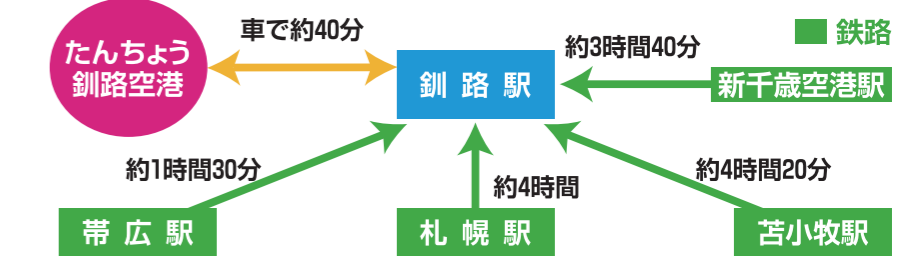


釧路市は、北海道の東部太平洋岸に位置し、「釧路湿原」と「阿寒摩周」の2つの国立公園をはじめとする雄大な自然に恵まれた街であり、東北海道の中核・拠点都市です。

特別天然記念物「タンチョウ」や「阿寒湖のマリモ」など地域資源が豊富であり、自然環境と調和した都市として知られております。

合宿実施に最適な釧路市の気候

釧路市は、年間を通じて降水量、降雪量が少なく、特に夏季の気候は涼涼で、秋には晴天が続き、合宿環境には最適な地域です。各月ごとの最高気温を関東・西日本方面と比べると10°C程度低く、激しい練習でも熱中症になりにくい気候の中、釧路湿原の爽快な風を感じながらの効率的な練習が可能です。是非、ご来訪いただき、実感してください。



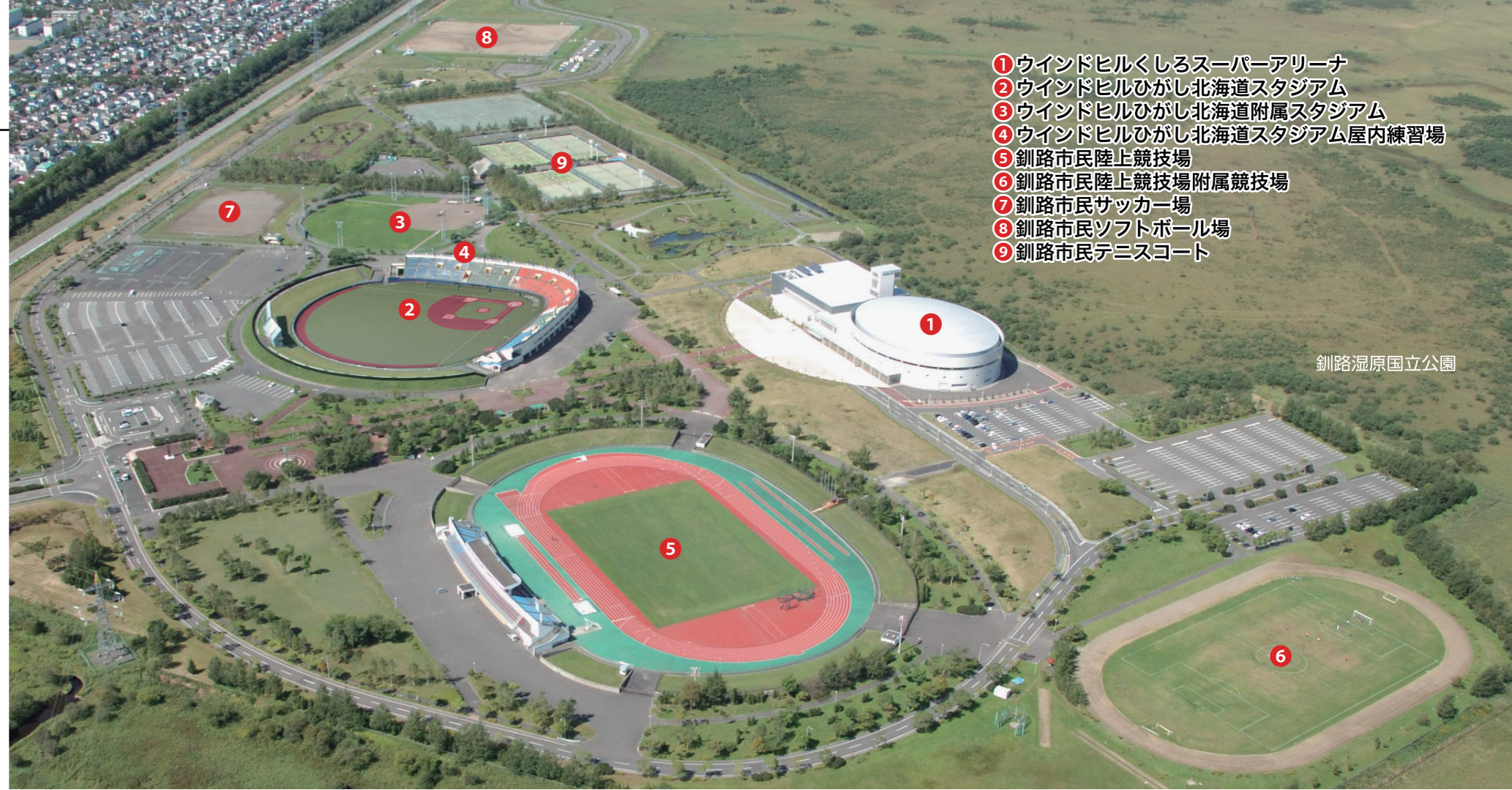
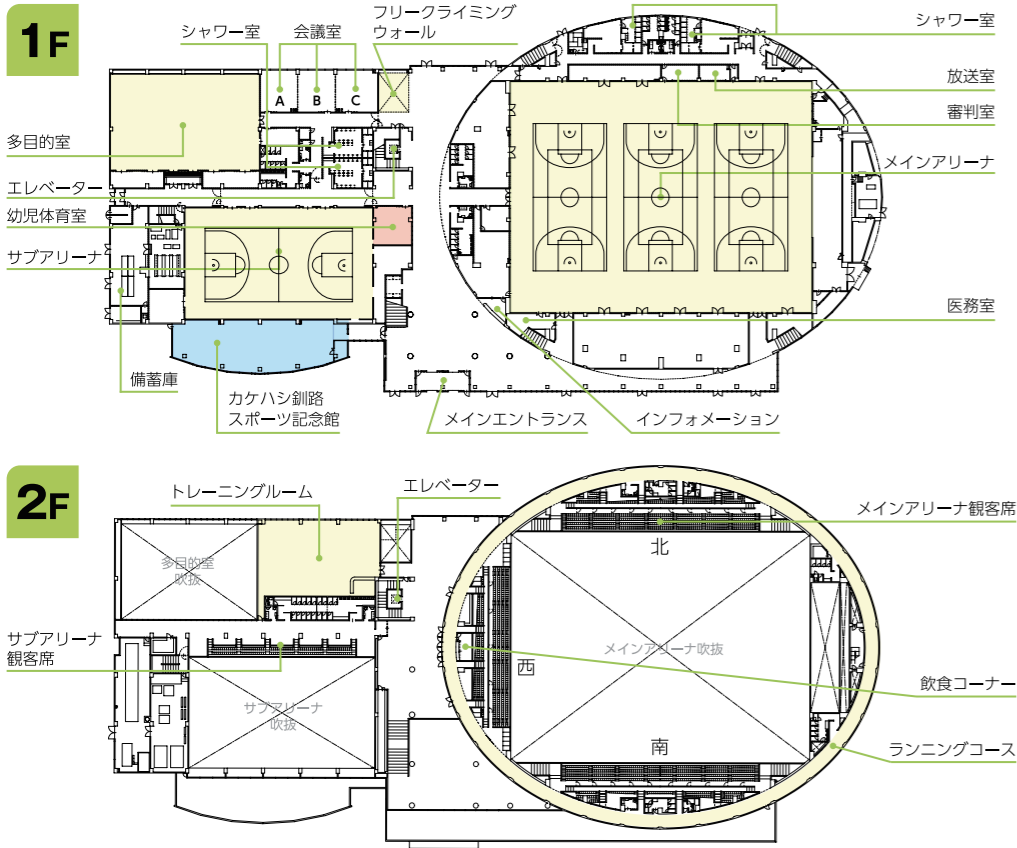
釧路宿泊施設一覧 ※内容・詳細については宿泊施設へ直接お問い合わせください。

宿泊エリア	宿泊施設名	住所	電話番号	客室数	シングル	ダブル	ツイン	和室	その他	洗濯機 コイン ランドリー	浴場	備考
駅前 宿泊 エリア	1 ANAクラウンプラザホテル釧路	錦町3-7	0154-31-4111	179	74	4	98		3			
	2 釧路プリンスホテル	幸町7-1	0154-31-1111	400	190	10	190		10	○		
	3 スーパーホテル釧路天然温泉	黒金町11-1-1	0154-24-9000	101	76		25			○	温泉	
	4 釧路ロイヤルイン	黒金町14-9-2	0154-31-2121	153	126	7	20			○		
	5 ホテルWBF釧路	川上町4-1	0154-23-3311	108	81	15	12			○		
	6 釧路センチュリーキャッスルホテル	大川町2-5	0154-43-2111	48	11	14	20	1	2	○		
	7 ホテルクラウンヒルズ釧路	北大通13-1-14	0154-22-0109	136	64	15	55		2	○	浴場	
	8 ホテルルートイン釧路駅前	北大通13-2-10	0154-32-1112	220	165		55			○	浴場	
	9 ラビスタ釧路川	北大通2-1	0154-31-5489	204		95	72		37	○	温泉	
	10 コンフォートホテル釧路	北大通13-1-1	0154-21-5711	126		117	8		1	○		
	11 東横イン釧路十字街	北大通7-2-1	0154-23-1045	209	176	11	22			○		
	12 ホテルエリアワン釧路	末広町11-1-2	0154-31-0946	41	21	7	9	1	3	○		
	13 駅前ホテルバルーデ釧路	末広町12-2	0154-22-3111	98	88	1	5		4	○		
	14 スーパーホテル釧路駅前	末広町14-1-2	0154-25-9000	84	59		25			○	温泉	
	15 ホテルパコ釧路	末広町2-13	0154-23-8585	216	135	32	42	3	4	○	温泉	
	16 つたや旅館	大川町8-17	0154-41-8730	14					14	○	浴場	
	17 坂の上会館	浦見1-1	0154-35-3192	10	1		3		6	○	浴場	バス送迎可
	18 ホテルアクシアイン釧路	末広町6-3	0154-24-5000	74	60		12	1	1	○		
釧路 西部 エリア	19 ホテル千友館	鳥取大通4-17-15	0154-51-5867	31	10		4	17		○	浴場	バス送迎可
	20 ホテルマーシュランド	鳥取大通5-2-5	0154-51-5557	66	27	1	6	29	3	○	浴場	バス送迎可
	21 ホテルマーシュランド別館	鳥取大通5-2-5	0154-51-5557	37	12			25		○	浴場	バス送迎可
	22 アスリートイン	大楽毛1-9-12	0154-65-5216	16					16	○	浴場	バス送迎可
23 ホテル桶谷	鳥取大通3-11-1	0154-52-1101	36	22	3	11			○			
釧路 東部 エリア	24 釧路温泉(株)大喜湯春採店	春採7-1-45	0154-46-5558	9				9		○	温泉	
エ リ ア 中 心 部	25 ラスティングホテル	若松町3-3	0154-21-9111	84	60		24			○	浴場	バス送迎可
	26 すみれ旅館	若松町8-17	0154-23-1285	13				13		○	浴場	
	27 ビジネスホテル中園第一	中園町3-4	0154-23-1764	13	8		2		3	○	浴場	
	28 ビジネスホテルフロンティア	柳町3-2-1	0154-24-3557	24	20		2	2		○		
そ の 他	29 山花温泉リフレ	山花14-131	0154-56-2233	17			6	6	5	○	温泉	バス送迎可
	30 丹頂の里温泉 美肌の湯 赤いペレー	阿寒町23-36	0154-66-2330	14			4	10		○	温泉	バス送迎可
	31 釧路市音別町体験学習センター「こころみ」	音別町音別原野基線138-46	01547-6-9000	11					11	○	浴場	
	32 Villaあしほら	釧路郡釧路町別保原野南23線104-1	0154-35-3192	15			3		12	○	浴場	バス送迎可

釧路大規模運動公園

Kushiro Large Scale Sports Park

北海道釧路市広里



- ① ウィンドヒルくしろスーパーアリーナ
- ② ウィンドヒルひがし北海道スタジアム
- ③ ウィンドヒルひがし北海道附属スタジアム
- ④ ウィンドヒルひがし北海道スタジアム屋内練習場
- ⑤ 釧路市民陸上競技場
- ⑥ 釧路市民陸上競技場附属競技場
- ⑦ 釧路市民サッカー場
- ⑧ 釧路市民ソフトボール場
- ⑨ 釧路市民テニスコート

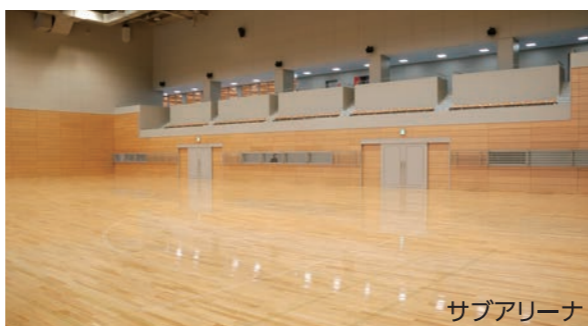
釧路湿原国立公園



ウィンドヒルくしろスーパーアリーナ 北海道釧路市広里18番地



メインアリーナ(観客席側)



サブアリーナ



メインアリーナ(ステージ側)



トレーニングルーム



多目的室

利用実績
『大会』 ◎Fリーグ開催(日本フットサルプロリーグ) ◎Bリーグ開催(日本バスケットボールプロリーグ) ◎全国中学校剣道大会2022年度 ◎全国高等学校総合体育大会 バレーボール競技大会 2023年度予定 『合宿』 ◎千葉ジェッツ ◎エスポラダ北海道 ◎北都銀行バドミントン部 ◎日本パラ・パワーリフティング連盟

敷地面積/639,604㎡
延床面積/14,069.65㎡
構造/鉄骨鉄筋コンクリート造3階建
メインアリーナ 2,806㎡(46m×61m)
競技種目/バスケットボール・バレーボール各3面、 バドミントン15面、卓球24面、 フットサル・ハンドボール各2面
収容人員/3,016人 観客席/1,416席
サブアリーナ 874㎡(23m×38m)
競技種目/バスケットボール・バレーボール各1面、 バドミントン4面、卓球9面
観客席/100席
幼児体育室併設
その他施設
多目的室 604㎡(20m×30.2m)
トレーニングルーム 385㎡
会議室 202.3㎡(3分割式:120人収容)
ランニングコース 240m
クライミングウォール、耐震性貯水槽、備蓄庫 他
交通アクセス/釧路駅よりバスで20分 (湿原の風アリーナ下車)

ウインドヒルひがし北海道スタジアム

北海道釧路市広里6番地



【全面人工芝!】
ウインドヒルひがし北海道
スタジアム施設紹介!



利用実績	【大会】	【合宿】
	◎パ・リーグ公式戦2022年 ◎タンチョウリーグ 2017年~2022年 (プロ・社会人・大学交流戦)	◎亜細亜大学硬式野球部 ◎ソフトバンクホークス3軍 ◎トヨタ自動車硬式野球部 ◎JR東日本硬式野球部

グラウンド面積/14,021㎡
(内野3,346㎡・外野10,675㎡)
スタンド面積/8,569.6㎡
(内野3,609.8㎡・外野4,959.8㎡)
構造/スタンド内野 鉄筋コンクリート造2階建
外野 盛土(芝生)
グラウンド内野 人工芝
外野 人工芝
収容人員/17,988人 内野スタンド 5,988人
外野スタンド12,000人
施設内容/両翼 97.6m
センター 122.0m
外野フェンスの高さ2.8m
(ラバーフェンス 1.8m+ネットフェンス1m)
バックスクリーン 幅20m×高さ9.7m
スコアボード フルカラーLED(幅25.5m×高さ6.1m)
交通アクセス/釧路駅よりバスで20分(湿原の風アリーナ下車)

ウインドヒルひがし北海道スタジアム 屋内練習場



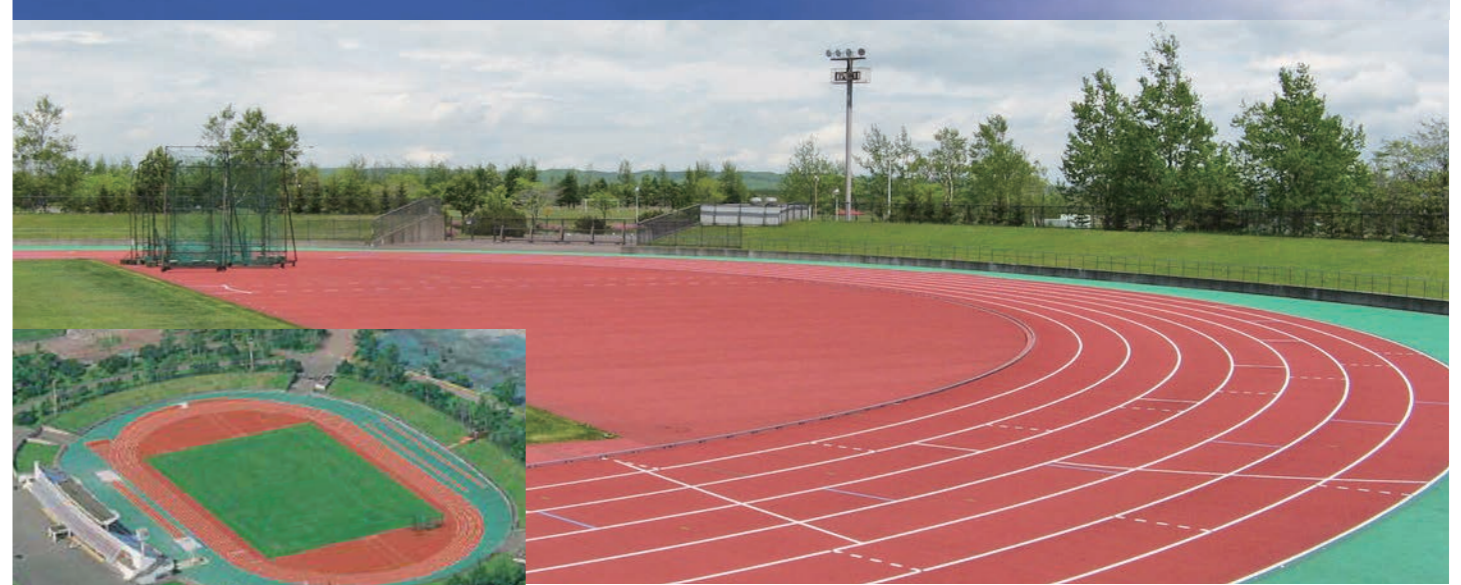
ウインドヒルひがし北海道附属スタジアム



■附属スタジアム施設概要	■屋内練習場施設概要
グラウンド面積/10,290㎡	延床面積/364.36㎡
施設内容/両翼 90m	施設内容/練習場25.48m×12.74m
センター 110m	照明14基
夜間照明設備完備	マウンド5ヶ所
	人工芝・打撃可
交通アクセス/釧路駅よりバスで20分(湿原の風アリーナ下車)	

釧路市民陸上競技場

北海道釧路市広里13番地



利用実績	【大会】	【合宿】
	◎ホクレンディスタンス釧路大会 2003年~2010年 ◎北海道高等学校陸上競技選手権大会 2022年 ◎北海道陸上競技選手権大会 2021年 ◎釧路湿原マラソン	小森コーポレーション陸上競技部 三菱重工マラソン部 大塚製薬陸上競技部 ダイハツ陸上競技部 ヤマダホールディングス陸上競技部

釧路市民陸上競技場附属競技場



国内でも有数の投てき練習が可能な施設

面積/26,988㎡
施設内容/走路・助走路 クレイ舗装
トラック1周400m8コース(直線部80m)
フィールド
走幅跳・三段跳(各1面)
円盤投・ハンマー投・やり投・砲丸投(各1面)
球技場 105m×60m
(ラグビー、サッカー使用可能)
交通アクセス/釧路駅よりバスで19分(陸上競技場下車)



【感謝!】
名門 #立命館大学陸上部
140人による釧路初合宿に
密着!



面積/競技場 21,723.6㎡
メインスタンド 1,459.9㎡(延床面積)
盛土スタンド 6,262.6㎡
その他 2,205.1㎡
構造/メインスタンド 鉄筋コンクリート造2階建
走路・助走路 全天候型舗装
収容人員/11,600人
メインスタンド 1,600人
盛土スタンド 10,000人
施設内容/日本陸上競技連盟第2種公認
トラック1周400m8コース
(直線部80m、3,000m障害走路)
フィールド
走幅跳・三段跳(各3面)
棒高跳・走高跳(各2面)
円盤投・ハンマー投・やり投(各2面)
砲丸投(3面)
球技場 102m×70m
(ラグビー、サッカー使用可能)
聖火台、写真判定室、夜間照明設備完備
室内走路50m、砂場(3コース)
交通アクセス/釧路駅よりバスで19分(陸上競技場下車)

ロードコース紹介



大規模運動公園内ランニングコース
(一周3.18km)

大規模運動公園内ジョギングコース
(一周2.35km)

コース案内に従ってお進みください。
管理車両・歩行者・自転車が
通行しますのでご注意ください。



マラソン練習
ジョギングコースの
ご紹介
(くしるランニングマップ)



くしるランニングマップ
グーグルマップが開きます

釧路市民テニスコート

北海道釧路市広里19番地



面積/コート 19,440㎡
クラブハウス 422.31㎡(延床面積)
構造/コート 硬・軟式両用全天候型
(砂入り人工芝)コート
クラブハウス 鉄筋コンクリート造2階建
収容人員/7,000人 階段スタンド 1,100人
芝生スタンド 5,900人
施設内容/コート数16面(4ブロック×4コート)
夜間照明設備完備
交通アクセス/釧路駅よりバスで20分
(湿原の風アリーナ下車)



釧路市阿寒町総合運動公園

北海道釧路市阿寒町中央1丁目28番及び
北海道阿寒町中央1丁目6番1号



阿寒町多目的広場



多目的広場面積/11,300平方メートル
全面天然芝、夜間照明設備あり
競技種目/野球(軟式) サッカーなど

阿寒町スポーツセンター



【大会】
◎全道自治体職員サッカー
選手権大会 2015年度
◎全国高等学校総合体育大会
サッカー競技選手権大会
北海道地区予選 2016年度
◎全国高等専門学校サッカー
選手権大会北海道予選 2020年度
【合宿】
◎日本大学サッカー部

構造/鉄筋鉄骨コンクリート造 2階建
建築面積/2,206平方メートル
主要施設
アリーナ
フットサル1面 バスケットボールコート1面
バレーボール2面 バドミントン6面 卓球12面
ミニテニス6面 インドアテニスコート1面
プール
25m 6コース 幼児用プール72㎡
トレーニングルーム
各種トレーニング機器、会議室

阿寒湖畔スポーツ施設

阿寒湖畔スケートリンク



建設/平成元年度
所在地/釧路市阿寒町阿寒湖温泉5丁目5番
構造/アスファルト仕上 1周400m

利用実績
【大会】◎全日本スキー選手権大会
◎全日本ジュニアスキー選手権大会

阿寒湖畔トレーニングセンター



建設/昭和63年度
所在地/釧路市阿寒町阿寒湖温泉5丁目7番1号
構造/鉄骨平屋造
延床面積/998.087平方メートル
プール/25m×3コース、幼児用28平方メートル
トレーニング室/床面積 121平方メートル

釧路市国設阿寒湖畔スキー場



ライトウイング/
上級者向けコース
距離1,200m、平均斜度16度、最大斜度26度
レフトウイング/
初・中級者向けコース
距離900m、平均斜度11度、最大斜度20度

宿泊施設		住所	電話番号	定員	室数
1	ニュー阿寒ホテル	阿寒町阿寒湖温泉2丁目8-8	0154-67-2121	1531	370
2	あかん遊久の里鶴雅	阿寒町阿寒湖温泉4丁目6-10	0154-67-2531	1104	280
3	あかん湖鶴雅リゾートスパ鶴雅ウイングス	阿寒町阿寒湖温泉4丁目6-10	0154-67-2531	530	127
4	ホテル阿寒湖荘	阿寒町阿寒湖温泉1丁目5-10	0154-67-2231	350	78
5	阿寒の森鶴雅リゾート花ゆう香	阿寒町阿寒湖温泉1丁目6-1	0154-67-2311	412	95
6	ホテル御前水	阿寒町阿寒湖温泉4-5-1	0154-67-2031	495	110
7	鶴雅別荘 鄙の座	阿寒町阿寒湖温泉2丁目8-1	0154-67-3050	94	25
8	カムの湯ラピスタ阿寒川	阿寒町オクルシュベ3-1	0154-67-5600	150	64
9	東邦館	阿寒町阿寒湖温泉2丁目3-3	0154-67-2050	60	22
10	阿寒湖バスセンター宿泊部	阿寒町阿寒湖温泉3丁目4-5	0154-67-2655	100	30
11	TSURUGA LAKE AKAN LODGE トウラノ	阿寒町阿寒湖温泉1丁目6-11	0154-67-4000	29	10
12	八谷旅館	阿寒町阿寒湖温泉1丁目3	0154-67-2747	30	12
13	民宿 両国	阿寒町阿寒湖温泉2丁目1-3	0154-67-2773	30	14
14	民宿 山口	阿寒町阿寒湖温泉5丁目3-2	0154-67-2555	35	12
15	民宿 ぎんれい	阿寒町阿寒町阿寒湖温泉4丁目7-61	0154-67-2597	30	9
16	ビジネスホテルまつおか	阿寒町阿寒湖温泉2丁目2-6	0154-67-2746	40	18
17	阿寒ドリフトウッドロッジ	阿寒町紀ノ丘24線25-2	0154-66-5258	10	3
18	民宿 福田	阿寒町北町2丁目11-10	0154-66-3801	34	17

氷都くしろ

Ice City Kushiro

氷上スポーツの聖地くしろは「氷都くしろ」と呼ばれ、国体や全国大会の憧れの地として、その名を馳せています。また平昌五輪スピードスケート女子団体追い抜きで金メダルを掴んだ佐藤綾乃さんや、アイスホッケー女子の日本代表選手をはじめ数多くの氷上のオリンピックが氷都くしろで、その力をつけ、大舞台で活躍されました。

アイスホッケーでは地元チームがアジアリーグアイスホッケーに参加。過去には2連覇を成し遂げるなど活動が盛んです。そのため、幼少期からアイスホッケーを始める子が多く、中体連・インターハイでは優勝する学校も多く存在します。

夏には、大学のアイスホッケー部が合宿に来訪し、練習に汗を流す姿を觀に、リンクに足を運ぶ市民も多く、釧路市の夏の風物詩となっています。



2018年平昌冬季五輪チームバシュート金メダル
2022年北京冬季五輪チームバシュート銀メダル
佐藤綾乃



冬季五輪日本代表選手を多数輩出
女子アイスホッケー
Daishin, 釧路ベアーズ



アジアリーグアイスホッケー
ひがし北海道クレインズ



インカレ(アイスホッケー)



インカレ(フィギュアスケート)



インカレ(スピードスケート)

- 【大会】
- ◎アジアリーグアイスホッケー ◎日本学生氷上競技選手権大会(インカレ)6回開催(2022年度時点)
 - ◎アイスホッケー・フィギュア・スピードスケート 国民体育大会冬季大会(国体) 4回開催(2022年度時点)
 - ◎アイスホッケー・フィギュア・スピードスケート 全国高等学校アイスホッケー競技選手権大会(インターハイ)6回開催(2022年)

- 【合宿】
- ◎女子アイスホッケー日本代表(スマイルジャパン)
 - ◎明治神宮外苑フィギュアスケートクラブ
 - ◎帯広三条スケート部
 - ◎北海道スケート連盟
 - ◎専修大学スピードスケート部
 - ◎日本大学スピードスケート部
 - ◎明治大学スケート部アイスホッケー部門
 - ◎月寒フィギュアスケートクラブ
 - ◎旭川大雪フィギュアクラブ
 - ◎中央大学スケート部アイスホッケー部門
 - ◎埼玉ウォリアーズ(小・中・高)
 - ◎中日アイスホッケークラブ(小・中)

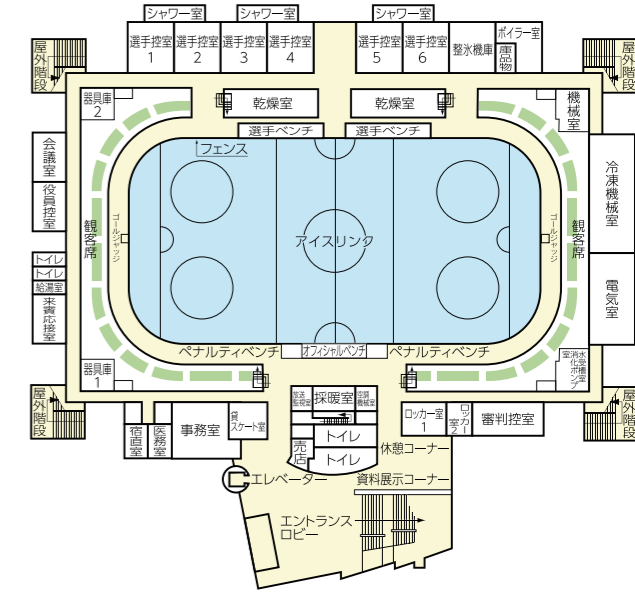
利用実績

釧路アイスアリーナ

北海道釧路市鳥取大通3-6-33



敷地面積/16,936.35㎡
建築面積/ 6,663.19㎡
延床面積/ 7,564.23㎡
構造/鉄筋コンクリート造一部鉄骨鉄筋コンクリート造2階建
収容人員/3,000人
(固定席 2,539人・立見 461人)
施設内容/アイスホッケーリンク 30m×60m 1面
冷却方式 鋼管埋設方式
交通アクセス/釧路駅よりバスで14分(鳥取大通3丁目下車)



KKS釧路厚生社アイスアリーナ

北海道釧路市柳町1-1

建築面積/3,213.4㎡
延床面積/3,412.33㎡
1階 3,213.44㎡
2階 198.89㎡
構造/鉄骨造平屋建一部2階建
収容人員/384人
施設内容/アイスホッケーリンク 30m×60m 1面
冷却方式 OHAアイスパネル方式
交通アクセス/ 釧路駅よりバスで9分(日赤病院通下車)

