

※予定表は変更になる場合がございますのでご了承ください。



十勝
オーバル

日曜日		9:00					10:00					11:00					12:00					13:00					14:00					15:00					16:00					17:00					18:00					19:00					20:00					21:00					22:00					日曜日	
		10	20	30	40	50	10	20	30	40	50	10	20	30	40	50	10	20	30	40	50	10	20	30	40	50	10	20	30	40	50	10	20	30	40	50	10	20	30	40	50	10	20	30	40	50																											
1	金	競技者開放 (中学以上) 9:00～10:00					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 10:20～11:20					整氷 20分	一般開放 11:40～13:00					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 13:20～14:20					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 14:40～15:40					整氷 20分	競技者開放 (小学生) 16:00～18:00					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 18:20～19:20					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 19:40～20:40					整備					1	金																		
走路		走路 一般開放 9：00～20：40（16：00～周回のみ）																																													走路																										
2	土	第70回全十勝中学校スピードスケート選手権大会/第68回全十勝高等学校スピードスケート選手権大会																																			整氷 20分	競技者開放 (小学生) 19:00～20:40					整備					2	土																								
走路		走路 第70回全十勝中学校スピードスケート選手権大会/第68回全十勝高等学校スピードスケート選手権大会																																			走路 一般開放 19：00～20：40（周回のみ）					走路																															
3	日	第70回全十勝中学校スピードスケート選手権大会/第68回全十勝高等学校スピードスケート選手権大会																																								整氷 20分	競技者開放 (小学生) 18:00～19:20					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 19:40～20:40					整氷 20分	一般開放 21:00～22:00					3	日												
走路		走路 第70回全十勝中学校スピードスケート選手権大会/第68回全十勝高等学校スピードスケート選手権大会																																								走路 一般開放 18：00～22：00															走路																
4	月	休館日																																													4	月																									
走路																																															走路																										
5	火	競技者開放 (中学以上) 9:00～10:00					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 10:20～11:20					整氷 20分	一般開放 11:40～13:00					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 13:20～14:20					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 14:40～15:40					整氷 20分	競技者開放 (小学生) 16:00～18:00					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 18:20～19:20					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 19:40～20:40					整氷 20分	一般開放 21:00～22:00					5	火																	
走路		走路 一般開放 9：00～22：00																																													走路																										
6	水	競技者開放 (中学以上) 9:00～10:00					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 10:20～11:20					整氷 20分	一般開放 11:40～13:00					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 13:20～14:20					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 14:40～15:40					整氷 20分	競技者開放 (小学生) 16:00～16:50					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 17:10～18:10					コ整 15分	競技者開放 (中学以上) 18:25～19:25					整氷 20分	競技者開放 (小学生) 19:45～20:45					整氷 20分	一般開放 21:05～22:00					6	水											
走路		走路 一般開放 9：00～22：00																																													走路																										
7	木	競技者開放 (中学以上) 9:00～10:00					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 10:20～11:20					整氷 20分	一般開放 11:40～13:00					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 13:20～14:20					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 14:40～15:40					整氷 20分	競技者開放 (小学生) 16:00～18:00					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 18:20～19:20					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 19:40～20:40					整氷 20分	一般開放 21:00～22:00					7	木																	
走路		走路 一般開放 9：00～22：00																																													走路																										
8	金	競技者開放 (中学以上) 9:00～10:00					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 10:20～11:20					整備					オーバル競技会 公式練習 13:00～15:20					整備					競技者開放 (小学生) 16:00～18:00					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 18:20～19:20					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 19:40～20:40					整備					8	金																						
走路		走路 一般開放9：00～11：20										走路 オーバル競技会 公式練習										走路 一般開放 16：00～20：40（周回のみ）															走路																																				
9	土	2023 明治北海道十勝オーバル競技会 第4戦																																			整氷 20分	競技者開放 (小学生) 19:00～20:40					整備					9	土																								
走路		走路 オーバル競技会																																			走路 一般開放 19：00～20：40（周回のみ）					走路																															
10	日	2023 明治北海道十勝オーバル競技会 第4戦																																								整氷 20分	競技者開放 (小学生) 16:00～18:00					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 18:20～19:20					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 19:40～20:40					整氷 20分	一般開放 21:00～22:00					10	日						
走路		走路 オーバル競技会																																								走路 一般開放 16：00～22：00															走路																
11	月	休館日																																													11	月																									
走路																																															走路																										
12	火	競技者開放 (中学以上) 9:00～10:00					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 10:20～11:20					整氷 20分	一般開放 11:40～13:00					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 13:20～14:20					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 14:40～15:40					整氷 20分	競技者開放 (小学生) 16:00～18:00					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 18:20～19:20					整氷 20分	競技者開放 (中学以上) 19:40～20:40					整氷 20分	一般開放 21:00～22:00					12	火																	
走路		走路 一般開放 9：00～22：00																																													走路																										
13	水	整備					NTC 10:00～10:45 15分					コ整	NTC 11:00～11:45 15分					整氷	一般開放 12:05～13:10					整氷	競技者開放 (中学以上) 13:30～14:40					整氷	NTC 15:00～15:45 15分					コ整	NTC 16:00～16:45 15分					整氷	競技者開放 (小学生) 17:05～18:20					整氷	競技者開放 (中学以上) 18:40～19:30 20分					整氷	競技者開放 (中学以上) 19:50～20:40 20分					整氷	一般開放 21:00～22:00					13	水						
走路							走路 一般開放 9：00～10：00					走路 NTC 10:00～12:05					走路 一般開放12：05～15：00										走路 NTC 15:00～17:05					走路 一般開放17：05～22：00															走路																										
14	木	整備					NTC 10:00～10:45 15分					コ整	NTC 11:00～11:45 15分					整氷	一般開放 12:05～13:10					整氷	競技者開放 (中学以上) 13:30～14:40					整氷	NTC 15:00～15:45 15分					コ整	NTC 16:00～16:45 15分					整氷	競技者開放 (小学生) 17:05～18:20					整氷	競技者開放 (中学以上) 18:40～19:30 20分					整氷	競技者開放 (中学以上) 19:50～20:40 20分					整氷	一般開放 21:00～22:00					14	木						
走路							走路 一般開放 9：00～10：00					走路 NTC 10:00～12:05					走路 一般開放12：05～15：00										走路 NTC 15:00～17:05					走路 一般開放17：05～22：00															走路																										
15	金	整備					NTC 10:00～10:45 15分					コ整	NTC 11:00～11:45 15分					整氷	一般開放 12:05～13:10					整氷	競技者開放 (中学以上) 13:30～14:40					整氷	NTC 15:00～15:45 15分					コ整	NTC 16:00～16:45 15分					整氷	競技者開放 (小学生) 17:05～18:20					整氷	競技者開放 (中学以上) 18:40～19:30 20分					整氷	競技者開放 (中学以上) 19:50～20:40 20分					整氷	一般開放 21:00～22:00					15	金						
走路							走路 一般開放 9：00～10：00					走路 NTC 10:00～12:05					走路 一般開放12：05～15：00										走路 NTC 15:00～17:05					走路 一般開放17：05～22：00															走路																										
16	土	競技者開放 (小学生) 9:00～9:45					整氷 15分	NTC 10:00～10:45 15分					コ整	NTC 11:00～11:45 15分					整氷	競技者開放 (小学生) 12:00～12:50 10分					キッズスケート教室（帯広市） 13:00～16:20															整氷 20分	NTC 16:40～17:25 15分					コ整	NTC 17:40～18:25 15分					整氷	競技者開放 (中学以上) 18:45～19:35 15分					コ整	競技者開放 (中学以上) 19:50～20:40					整備					16	土			
走路		走路 一般開放 9：00～10：00					走路 NTC 10:00～12:05					走路 一般開放 12：00～16：40（16：00～周回のみ）															走路 NTC 16:40～18:45（周回のみ）					走路 一般開放 18：45～20：40（周回のみ）										走路																															
		9:00					10:00					11:00					12:00					13:00					14:00					15:00					16:00					17:00					18:00					19:00					20:00					21:00					22:00						

		9:00					10:00					11:00					12:00					13:00					14:00					15:00					16:00					17:00					18:00					19:00					20:00					21:00					22:00			
日	曜日	10	20	30	40	50	10	20	30	40	50	10	20	30	40	50	10	20	30	40	50	10	20	30	40	50	10	20	30	40	50	10	20	30	40	50	10	20	30	40	50	10	20	30	40	50	10	20	30	40	50	日	曜日																	
17	日	2023全十勝小学生スピードスケート記録会																				整水 20分	キッズスケート教室（帯広市） 14:30～17:50										整水 20分	NTC 18:10～19:10					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 19:30～20:20					コ整 15分	競技者開放 （中学以上） 20:35～21:25					整備					17	日													
走路		走路 全十勝小学生スピードスケート記録会																				走路 一般開放 14：30～18：10																				走路 NTC 18:10～19:30					走路 一般開放 19：30～22：00																				走路			
18	月	休館日					NTC 10:00～10:45	コ整 15分	NTC 11:00～11:45					整水 20分	休館日										NTC 15:00～15:45	コ整 15分	NTC 16:00～16:45					整水 20分	休館日																				18	月																
走路							走路 NTC 10:00～12:05																		走路 NTC 15:00～17:05																												走路																	
19	火	整備					NTC 10:00～10:45	コ整 15分	NTC 11:00～11:45					整水 20分	一般開放 12:05～13:10	整水 20分	競技者開放 （中学以上） 13:30～14:40					整水 20分	NTC 15:00～15:45	コ整 15分	NTC 16:00～16:45					整水 20分	競技者開放 （小学生） 17:05～18:20					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 18:40～19:30					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 19:50～20:40					整水 20分	一般開放 21:00～22:00					19	火															
走路							走路 一般開放 9：00～10：00					走路 NTC 10:00～12:05										走路 一般開放12：05～15：00										走路 NTC 15:00～17:05										走路 一般開放17：05～22：00																				走路								
20	水	整備					NTC_Z(Time Trial) 10:00～16:45															整水 20分	競技者開放 （小学生） 17:05～18:20					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 18:40～19:30					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 19:50～20:40					整水 20分	一般開放 21:00～22:00					20	水																							
走路							走路 一般開放 9：00～10：00					走路 NTC 10:00～17:05																				走路 一般開放17：05～22：00																				走路																		
21	木	整備					NTC_Z(Time Trial) 10:00～16:45															整水 20分	競技者開放 （小学生） 17:05～18:20					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 18:40～19:30					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 19:50～20:40					整水 20分	一般開放 21:00～22:00					21	木																							
走路							走路 一般開放 9：00～10：00					走路 NTC 10:00～17:05																				走路 一般開放17：05～22：00																				走路																		
22	金	整備					NTC 10:00～10:45	コ整 15分	NTC 11:00～11:45					整水 20分	一般開放 12:05～13:10	整水 20分	競技者開放 （中学以上） 13:30～14:40					整水 20分	NTC 15:00～15:45	コ整 15分	NTC 16:00～16:45					整水 20分	競技者開放 （小学生） 17:05～18:20					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 18:40～19:30					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 19:50～20:40					整水 20分	一般開放 21:00～22:00					22	金															
走路							走路 一般開放 9：00～10：00					走路 NTC 10:00～12:05										走路 一般開放12：05～15：00										走路 NTC 15:00～17:05										走路 一般開放17：05～22：00																				走路								
23	土	整備					NTC 10:00～10:45	コ整 15分	NTC 11:00～11:45					整水 20分	一般開放 12:05～13:10	整水 20分	競技者開放 （中学以上） 13:30～14:40					整水 20分	NTC 15:00～15:45	コ整 15分	NTC 16:00～16:45					整水 20分	競技者開放 （小学生） 17:05～18:20					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 18:40～19:30					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 19:50～20:40					整備					23	土																
走路							走路 一般開放 9：00～10：00					走路 NTC 10:00～12:05										走路 一般開放12：05～15：00										走路 NTC 15:00～17:05（周回のみ）										走路 一般開放17：05～20：40（周回のみ）											走路																	
24	日	第70回 全十勝中学校体育大会冬季スケート大会																														整水 20分	NTC 18:00～19:00					整水 20分	競技者開放 （小学生） 19:20～20:20					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 20:40～21:40					整備					24	日														
走路		第70回 全十勝中学校体育大会冬季スケート大会																														走路 NTC 18:00～19:20										走路 一般開放 19：20～22：00										走路																		
25	月	休館日					NTC 10:00～10:45	コ整 15分	NTC 11:00～11:45					整水 20分	休館日					帯広市地域振興事業 13:30～15:40					整水 20分	NTC 16:00～16:45					コ整 15分	NTC 17:00～17:45					整水 20分	休館日										25	月																					
走路							走路 NTC 10:00～12:05													走路 帯広市 13：30～16：00										走路 NTC 16:00～18:05																		走路																						
26	火	整備					NTC 10:00～10:45	コ整 15分	NTC 11:00～11:45					整水 20分	整備					全日本スピードスケート選手権公式練習 14:00～15:00					コ整 15分	全日本スピードスケート選手権公式練習 15:15～16:15					整水 20分	競技者開放 （小学生） 16:35～18:00					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 18:20～19:20					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 19:40～20:40					整備					26	火															
走路							走路 一般開放 9：00～10：00					走路 NTC 10:00～12:05										走路 全日本スピードスケート選手権										走路 一般開放 16：35～20：40（周回のみ）										走路																												
27	水	全日本スピードスケート選手権																				整水 20分	競技者開放 （小学生） 18:00～19:10					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 19:30～20:40					整備					27	水																														
走路		走路 全日本スピードスケート選手権																				走路 一般開放 18：00～20：40（周回のみ）										走路																																						
28	木	全日本スピードスケート選手権																				整水 20分	競技者開放 （小学生） 18:00～19:10					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 19:30～20:40					整備					28	木																														
走路		走路 全日本スピードスケート選手権																				走路 一般開放 18：00～20：40（周回のみ）										走路																																						
29	金	全日本スピードスケート選手権																				整水 20分	競技者開放 （小学生） 18:00～19:10					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 19:30～20:40					整水 20分	一般開放 21:00～22:00					29	金																													
走路		走路 全日本スピードスケート選手権																				走路 一般開放18：00～22：00										走路																																						
30	土	競技者開放 （小学生） 9:00～11:00					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 11:20～12:20					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 12:40～13:40					整水 20分	一般開放 14:00～15:40					整水 20分	競技者開放 （小学生） 16:00～18:00					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 18:20～19:20					整水 20分	競技者開放 （中学以上） 19:40～20:40					整水 20分	一般開放 21:00～22:00					30	土																				
走路		走路 一般開放 9：00～22：00																														走路																																						
31	日	年末休館																														31	日																																					
走路		走路																														走路																																						
		9:00					10:00					11:00					12:00					13:00					14:00					15:00					16:00					17:00					18:00					19:00					20:00					21:00					22:00			

競技者開放 （小学生）	各種連盟等に選手登録をしている小学生の競技者	NTC_TOP	ナショナル強化選手、シニア特別強化選手、以上選手のトレーニングパートナー、JSFスピードスケート強化部が認めた選手			
競技者開放 （中学以上）	各種連盟等に選手登録をしている中学生以上の競技者	NTC_SS	ナショナル強化選手、シニア特別強化選手、ディベロップメント強化選手、以上選手のトレーニングパートナー、シニア日本代表選手（四大陸選手権を除く）、シニア強化選手AB、エリートアカデミー強化選手、JSFスピードスケート強化部が認めた選手			
競技者開放 （小学生+帯ス連中学生以上）	各種連盟等に選手登録をしている小学生の競技者及び帯ス連登録している中学生以上の競技者	NTC_A NTC_A(WupL)	シニア日本代表選手（四大陸選手権を除く）、シニア強化選手、エリートアカデミー強化選手、以上選手のトレーニングパートナー、ジュニア日本代表選手、ジュニア強化選手、JSFスピードスケート強化部が認めた選手 ※NTC_A(WupL)は、W-upレーン滑走可能時間帯（流しはアウトレーン使用）			
		NTC_Z	JSFスピードスケート強化部が特別に設定し、その時間の滑走を認められた選手			

☆18:00以降は小中学生のみではご利用できません。

＊リンクー一般開放はレクリエーション滑走時間です。競技選手の練習は出来ません。

☆開館時間☆ 午前9時から午後10時

☆休館日☆ 毎週月曜日、祝祭日の翌日（平日の場合）

☆問合せ先☆ 北海道帯広市南町南7線56番地7 帯広の森運動：
TEL 0155-49-4000

明治 北海道



明治北海道十勝オーバル



12月 予定表



11月25日 現在

※予定表は変更になる場合がございます。ご了承ください。

日	曜日	走路	トレーニング室	日	曜日	走路	トレーニング室
1	金	9:00～20:40 (16時～周回のみ)	9:00～22:00	16	土	9:00～10:00、12:00～16:40、 18:45～20:40(16時～周回のみ)	9:00～22:00
2	土	19:00～20:40 (周回のみ)	9:00～22:00	17	日	14:30～18:10 19:30～22:00	9:00～22:00
3	日	18:00～22:00	9:00～22:00	18	月	休館日	
4	月	休館日		19	火	9:00～10:00、 12:05～15:00、17:05～22:00	9:00～22:00
5	火	9:00～22:00	9:00～22:00	20	水	9:00～10:00 17:05～22:00	9:00～22:00
6	水	9:00～22:00	9:00～22:00	21	木	9:00～10:00 17:05～22:00	9:00～22:00
7	木	9:00～22:00	9:00～22:00	22	金	9:00～10:00、 12:05～15:00、17:05～22:00	9:00～22:00
8	金	9:00～11:20 16:00～20:40(周回のみ)	9:00～22:00	23	土	9:00～10:00、12:05～15:00 17:05～20:40(周回のみ)	9:00～22:00
9	土	19:00～20:40 (周回のみ)	9:00～22:00	24	日	19:20～22:00	9:00～22:00
10	日	16:00～22:00	9:00～22:00	25	月	休館日	
11	月	休館日		26	火	9:00～10:00 16:35～20:40(周回のみ)	9:00～22:00
12	火	9:00～22:00	9:00～22:00	27	水	18:00～20:40 (周回のみ)	18:00～22:00
13	水	9:00～10:00、 12:05～15:00、17:05～22:00	9:00～22:00	28	木	18:00～20:40 (周回のみ)	18:00～22:00
14	木	9:00～10:00、 12:05～15:00、17:05～22:00	9:00～22:00	29	金	18:00～22:00	18:00～22:00
15	金	9:00～10:00、 12:05～15:00、17:05～22:00	9:00～22:00	30	土	9:00～22:00	9:00～22:00
				31	日	休館日	