



NAGAOKA CITY



TRAINING CAMP GUIDE





目次

長岡市の紹介 4

トレーニング施設ガイド

アオーレ長岡 6

長岡市市民体育館 8

器械体操専用練習場 10

新潟県立長岡屋内総合プール 12

周辺ホテルガイド

ホテルニューオータニ長岡 14

長岡グランドホテル 16

ホテル法華クラブ新潟・長岡 18



悠久山公園



長岡発祥の錦鯉



もみじ園

2020東京オリンピック・ パラリンピック競技大会に向けて

私たち長岡市民は、あなたの国のチーム・選手の皆様を最大限の“おもてなし”でお迎えし、皆様が最高のプレーをするための準備環境を提供いたします。

施設は、国内トップレベルの大会を開催した実績も多く、その使いやすさは、関係者の方々から高い評価をいただいています。

長岡市へは、東京駅から新幹線で1本、最短90分という好アクセスで、合宿候補施設は長岡駅に直結もしくは近いところにあります。

食事なども、ニーズに合うものを提供いたします。

日本一の大河・信濃川と豊かな自然に育まれた、長岡市のバラエティに富んだ旬の食材でお食事をご用意いたします。

長岡市はスポーツが大変盛んなまちです。特に子どもたちは、トップアスリートのお出でを心待ちにしています。

ぜひ、合宿候補地として長岡市をご検討ください。長岡市民挙げて心よりお待ち申し上げます。



馬高遺跡の火焰土器



市内17酒蔵の地酒



正三尺玉とナイアガラ

長岡市の紹介

長岡市役所住所 新潟県長岡市大手通1丁目4番地10
担当部署 市民部スポーツ振興課
担当連絡先 (国際電話)+81-258-32-6117
(メールアドレス)sports@city.nagaoka.lg.jp
ホームページ <http://www.city.nagaoka.niigata.jp/>

都市概略

新潟県の中央に位置し、日本一の大河、信濃川が中央にゆったりと流れ、守門岳から日本海まで市域が広がる人口28万人のまちです。

過去幾多の災禍に遭いながらも不死鳥のごとく復興をとげてきた長岡市を象徴する花火「フェニックス」をはじめとした長岡花火は全国的にも有名です。

戦後70年を迎えた2015年には、米国ハワイ・ホノルル市の真珠湾で、両国の戦争犠牲者の慰霊と世界の恒久平和、そして未来を担う子どもたちの成長を願う長岡花火を打ち上げ、共にこれまでの70年間の平和に感謝し、未来の平和への誓いを新たにしました。

東京からの距離 ≫ **215.79km**
(晴海運動場から自治体庁舎までの距離)

アクセス ≫

東京駅－長岡駅(上越新幹線) **90分**

大宮駅－長岡駅(上越新幹線) **64分**

新潟空港－長岡駅(連絡バス+上越新幹線) **61分**

人口 275,361人 (2016年4月1日付)

海拔 21.9m

面積 891.06km²

広ぼう 東西 42.6km

南北 59.3km



長岡市は、中央を南北に信濃川が貫流しています。信濃川を軸として形成され、季節の移り変わりが鮮やかで、美しく豊かな自然風土に恵まれています。

気象情報

※湿度は新潟市のもの

期間	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	
降水量(mm)	310.9	157.2	149.5	125	89.1	164.9	255.2	125.3	235.8	194.1	373.8	490	
気温(℃)	平均	0.9	1.2	4.3	9.9	16.6	21.9	25.7	27.2	22.8	16.3	9.7	3.4
	最高	3.3	4.4	8.6	15.5	21.9	26.6	30	31.7	27.6	20.9	13.8	6.3
	最低	-1.2	-1.6	0.7	5.1	11.9	17.9	22.3	23.6	18.9	12.6	6.3	1
湿度(%)	72.8	71.8	68.4	65.6	68.8	74.2	76.8	74.4	71.4	70	72.8	75.2	

周辺ホテル

①ホテル ニューオータニ長岡



アオーレ長岡まで車で2分
長岡市市民体育館まで車で4分
器械体操専用練習場まで車で4分
新潟県立
長岡屋内総合プールまで車で8分

②長岡グランドホテル



アオーレ長岡まで徒歩で1分
長岡市市民体育館まで車で4分
器械体操専用練習場まで車で4分
新潟県立
長岡屋内総合プールまで車で8分

③ホテル法華クラブ 新潟・長岡



アオーレ長岡まで徒歩で1分
長岡市市民体育館まで車で4分
器械体操専用練習場まで車で4分
新潟県立
長岡屋内総合プールまで車で8分

トレーニング施設ガイド

① アオーレ長岡



設備 アリーナ ほか
交通 長岡駅より徒歩3分
長岡ICより車で15分

② 長岡市市民体育館



設備 大アリーナ、小アリーナ ほか
交通 長岡駅より車で4分
長岡ICより車で20分



施設配置図



③ 器械体操専用練習場



設備 各種器械体操設備完備 ほか
交通 長岡駅より車で4分
長岡ICより車で20分

④ 新潟県立長岡屋内総合プール



設備 50mプール、飛び込みプール ほか
交通 長岡駅より車で8分
長岡ICより車で30分

1 アオーレ長岡 (2012年～)



施設の特徴

長岡駅からペデストリアンデッキで直結し、巨大な屋根付き広場「ナカドマ」を中心に、5,000人収容のアリーナ、市民交流スペース、市役所が渾然一体に混じり合う、全く新しいかたちの公共空間です。

日本最高峰の男子バスケットボールリーグ、B.LEAGUE 1部 新潟アルビレックスBBのホームアリーナであり、バドミントン日本リーグなど大規模大会の開催実績もあります。

所在地

新潟県長岡市大手通1丁目4番地10

- 電話：0258-39-2500
- ホームページ：<http://www.ao-re.jp/>
- 長岡駅から徒歩3分

施設内容

- アリーナ (2123.0㎡：有効60.0m×34.0m)
- 高輝度放電灯 (メタルハライド)
最大照度 1,958ルクス
- 観客席
シアター形式 …………… 約4,400席
センターステージ形式 …… 約5,100席
スクール形式 …………… 約1,200席

Wi-Fiスポット

FreeSpot 有り

附帯設備

控室4室、多目的室3室、会議室3室、更衣室2室、トイレ、多目的トイレ、更衣室、シャワー室、エレベータ

駐車場

約1500台 (周辺の提携駐車場を含む)

屋根付き広場「ナカドマ」



市民の「ハレの場」ナカドマは、天候に左右されない多目的な空間。

市民交流ホール



解放感あふれる光のスペース。3階テラスに面したガラス張りのホール。

ペDESTリアンデッキ



長岡駅とデッキで直結。雨や雪にぬれずに快適なアクセスが可能。

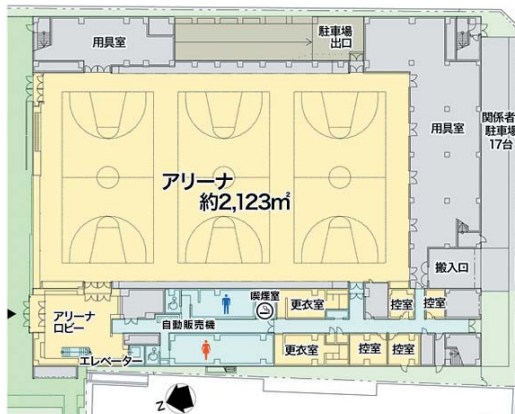


アリーナ

最大5,000人収容のエンターテインメントスペース

スポーツ、コンサート、展示会など大規模イベントの開催が可能。

- ▶ バスケットコート3面分の広さ
- ▶ 可動席や可動ステージでの自由自在のレイアウト
- ▶ 充実した照明や音響、諸室



2 長岡市市民体育館 (1989年～)



施設の特徴

市内中心部に位置し、バドミントンの国際招待試合や日本リーグ、2009年国民体育大会のバレーボール競技、日本プロバスケットボールリーグなどの大規模大会の会場として使用されるなど、諸室も備えた総合体育施設です。

所在地

新潟県長岡市学校町1丁目2番1号

- 電話：0258-34-2700
- ホームページ：
<http://sminintaikukan.yamazakinet.co.jp/>
- 長岡駅から車で4分

施設内容

- 大アリーナ (2,047.7㎡：54.8m×35.8m)
- 小アリーナ (338.82㎡：18m×18m)
- 武道場 (第一、第二武道場ともに502.08㎡)

- 弓道場 (229.28㎡)
- トレーニング室 (298.10㎡)
トレーニングマシン18台
エアロビクスマシン11台
フリーウエイトコーナー
- ランニングコース 1周200m
- 会議室 (98.13㎡)、和室 (18畳)

Wi-Fiスポット

アクセスポイント 設置予定

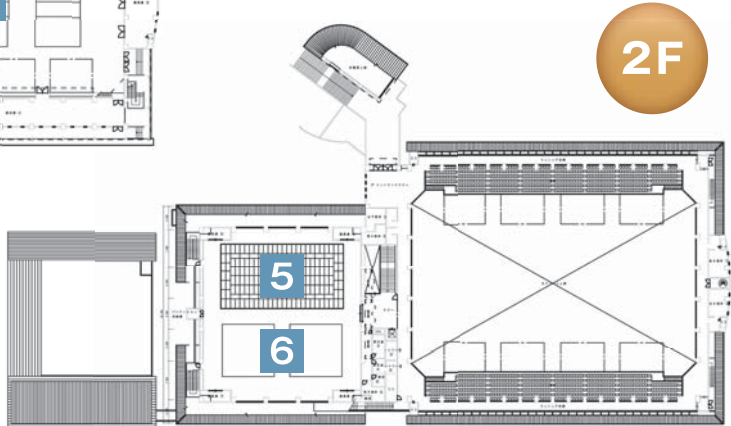
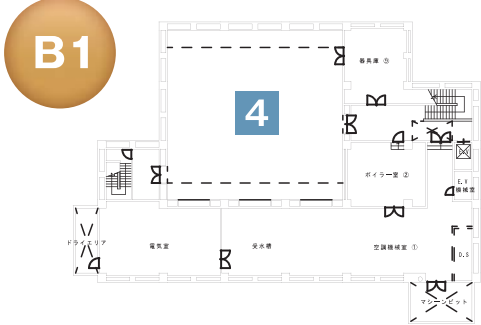
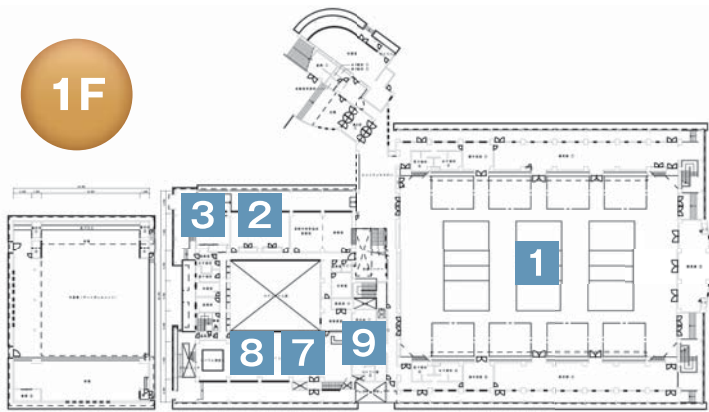
附帯設備

トイレ、多目的トイレ、更衣室、シャワー室、エレベータ

駐車場

約200台 (器械体操専用練習場と共有)

平面図



大アリーナ 1



会議室 2



和室 3



小アリーナ 4



第一武道場 (柔道場) 5



第二武道場 (剣道場) 6



トレーニングルーム 7



フリーウエイトコーナー 8



シャワー室 9

3 長岡市市民体育館器械体操専用練習場 (2014年～)



施設の特徴

市民体育館と併設して整備。FIG規格準拠の国内最新器具を完備した器械体操専用の練習施設です。

所在地

新潟県長岡市学校町1丁目2番1号

- 電話：0258-34-2700
- ホームページ：<http://www.city.nagaoka.niigata.jp/shisetsu/sports/shimin-kikai>
- 長岡駅から車で4分

施設内容

- 1階 練習場 (1,005.84㎡)
平均台5組、ゆか (14.6m×14.6m)
タンブリング台 (18m×2.4m)
タンブリングピットトランポリン (12.5m×2m)
跳馬1台、ピットトランポリン (2.8m×4m)
段違い平行棒2組、鉄棒4基
あん馬1台、平行棒1基、つり輪2台
ダンスバー2セット、肋木1台
- 2階 練習室 (44.55㎡)
床：ビニル床シート

Wi-Fiスポット

アクセスポイント 設置予定

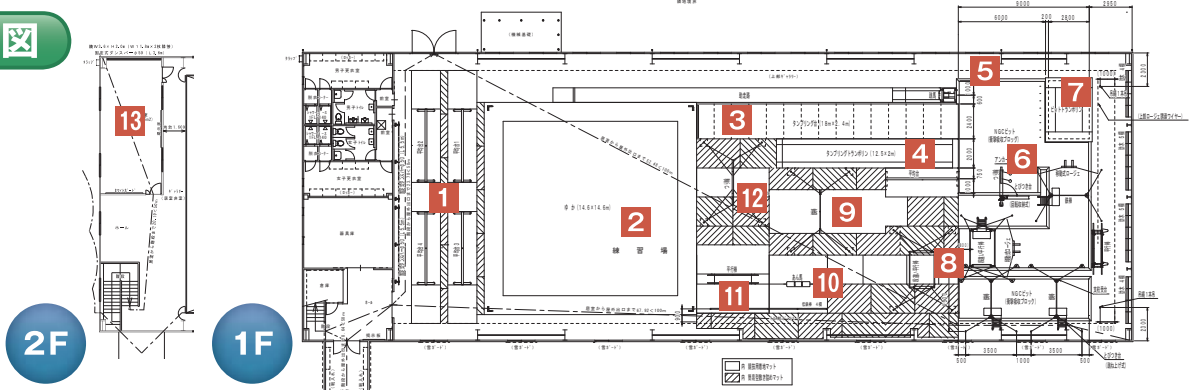
付帯設備

トイレ、更衣室、シャワー室

駐車場

約200台 (市民体育館と共有)

平面図



平均台 1



ゆか 2



タンブリング台 3



タンブリングトランポリン 4



跳馬 5



つり輪 6



ピットトランポリン 7



段違い平行棒 8



つり輪 12



鉄棒 9



あん馬 10



平行棒 11



練習室 13

4 新潟県立長岡屋内総合プール (2008年～)



施設の特徴

悠久山公園に面した自然豊かなロケーションに位置する県立プール施設です。50mメインプールをはじめ、25mサブプール、飛び込みプールを完備。

2009年国民体育大会、2013年日本選手権水泳競技大会などの大規模大会の開催実績があります。

- 温浴プール
- ジャグジー
- スタジオ (90㎡、フローリング)
- 観客席 3,032席

Wi-Fiスポット

au、ソフトバンクが使用可能(その他についても設置予定)

所在地

新潟県長岡市長倉町1338番地

- 電話：0258-39-3211
- ホームページ：<http://www.nagaoka-swim.com/>
- 長岡駅から車で8分

施設内容

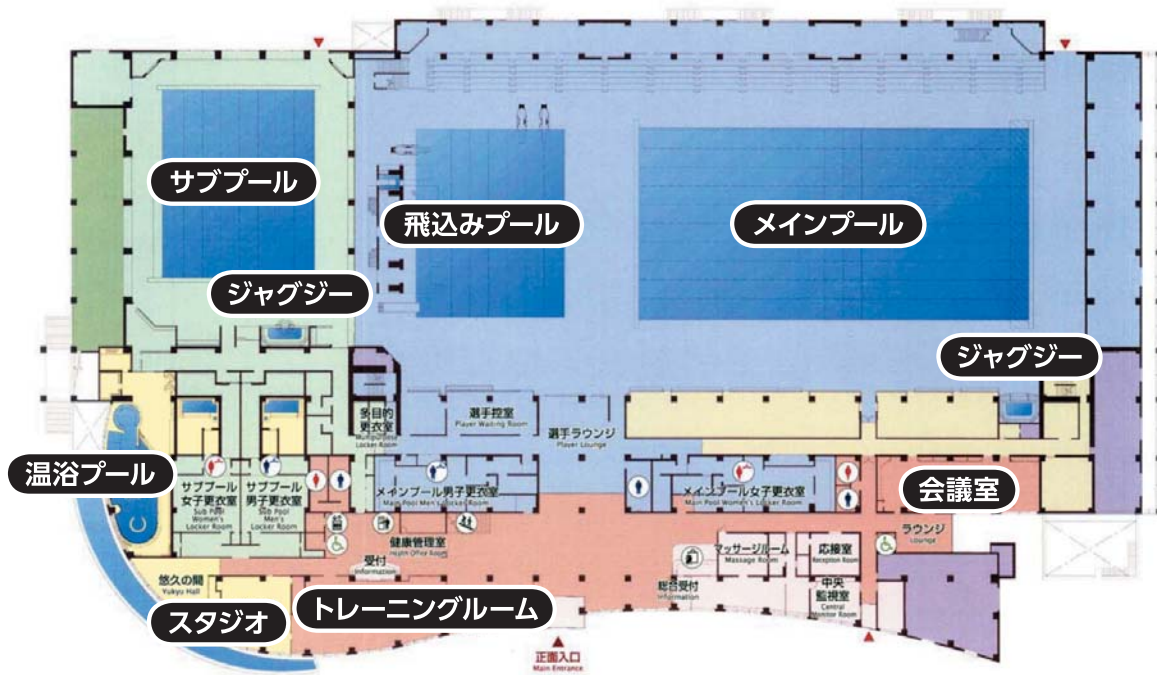
- メインプール (50m 10レーン)
可動壁・可動床
(最深3m：スタート側から30m、以後2m)
- サブプール (25m 8レーン)
- 飛び込みプール (25m×20m 最大水深5m)

付帯設備

トレーニング室
トレッドミル7台
リカンベントバイク4台
アップライトバイク6台
フリーウエイトゾーン
スミスマシーン1台
クロストレーナー3台
ほか各種トレーニングマシーン
サウナ室 ほか

駐車場

203台



サブプール



メインプール、全景



飛び込みプール



温浴プール



トレーニングルーム



スタジオ



ジャグジー



会議室

周辺ホテルガイド

ホテルニューオータニ長岡



練習施設からの距離

- ① アオーレ長岡 0.41km
- ② 長岡市市民体育館 1.03km
- ③ 器械体操専用練習場 1.03km
- ④ 新潟県立長岡屋内総合プール 2.47km

所在地	〒940-0048 新潟県長岡市台町2丁目8番35号		
ホームページ	http://www.nagaoka-newotani.co.jp/		
電話	0258-37-1111	宿泊可能人数	297名(最大)
チェックイン時間	14時	チェックアウト時間	11時

竣工年：1984年

宿泊部屋 (部屋タイプ別)

▼スタンダード

部屋タイプ	シングル	ツイン	ダブル	トリプル
部屋数	31部屋	51部屋	3部屋	6部屋
広さ	16.6㎡	26.0㎡	26.0㎡	26.0㎡
ベッドサイズ	110×200cm	110×200cm	160×200cm	110×200cm



▼スーペリア

部屋タイプ	シングル	ツイン	ダブル	トリプル	コンフォート
部屋数	24部屋	35部屋	14部屋	4部屋	4部屋
広さ	16.6㎡	26.0㎡	26.0㎡	26.0㎡	26.0㎡
ベッドサイズ	110×200cm	110×200cm	160×200cm	110×200cm	110×200cm

▼ラージ

部屋タイプ	ツイン	ダブル	ラピススイート	ロイヤルスイート
部屋数	1部屋	3部屋	1部屋	1部屋
広さ	33.5㎡	33.5㎡	51.9㎡	103.7㎡
ベッドサイズ	110×200cm	160×200cm	200×200cm	110×200cm

- トイレタイプ 室内洋式

食事サービス

● ブッフェ形式	● 弁当(定食)方式	自炊形式	厨房貸出可
● ハラル対応	カシュルート対応	● 菜食対応	● アレルギー対応
● ノンカフェイン・ノンアルコール対応			

その他施設・サービス

● 会議室	● 宴会場	● 駐車場	● 専用浴室	共同(用)浴室
温泉	● 国際放送受信 (CNNのみ)		● 国際電話	● Wi-Fi
● 外貨両替 (ドルのみ)		● インフォメーションサービス		アクセシビリティ
● クリーニング		コインランドリー		

多言語対応

● 英	仏	西	露	アラビア	中	独	葡
-----	---	---	---	------	---	---	---

- 通路最小幅 1380mm
- 入口最小幅 870mm
- エレベータ数 2基
- エレベータドア幅 1010mm
- エレベータかごの有効寸法 1010×1510mm
- 多機能トイレ数 1
- トレーニング施設 なし



長岡グランドホテル



練習施設からの距離

- | | |
|-----------------|--------|
| ① アオーレ長岡 | 0.07km |
| ② 長岡市市民体育館 | 1.20km |
| ③ 器械体操専用練習場 | 1.20km |
| ④ 新潟県立長岡屋内総合プール | 2.73km |

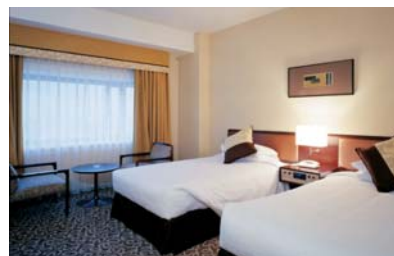
所在地	〒940-0066 新潟県長岡市東坂之上町1丁目2番地1		
ホームページ	http://www.nagaokagrand.co.jp/		
電話	0258-33-2111	宿泊可能人数	120名(最大)
チェックイン時間	14時	チェックアウト時間	11時

竣工年：1981年

改修工事年：1988年(一部) 1997年(チャペル新築) 2012年(客室一部等)

宿泊部屋(部屋タイプ別)

部屋タイプ	シングル	ツイン	ダブル	トリプル
部屋数	66部屋	16部屋	5部屋	2部屋
広さ	14.4㎡	23.1㎡	23.1㎡	26.0㎡
ベッドサイズ	100or120×195cm	100×195cm	160×195cm	100×195cm



部屋タイプ	デラックスツイン	セミスイート	スイート
部屋数	1部屋	1部屋	1部屋
広さ	32.0㎡	40.0㎡	46.3㎡
ベッドサイズ	240×195cm	240×195cm	245×195cm

- トイレタイプ 室内洋式

食事サービス

● ブッフェ形式	● 弁当(定食)方式	自炊形式	厨房貸出可
● ハラル対応	カシュルート対応	● 菜食対応	● アレルギー対応
● ノンカフェイン・ノンアルコール対応			

その他施設・サービス

● 会議室	● 宴会場	● 駐車場	● 専用浴室	共同(用)浴室
温泉	国際放送受信		● 国際電話	● Wi-Fi
● 外貨両替(ドルのみ)		● インフォメーションサービス		● アクセシビリティ
● クリーニング		コインランドリー		

多言語対応

● 英	仏	西	露	アラビア	中	独	葡
-----	---	---	---	------	---	---	---

- 通路最小幅 1350mm
- 入口最小幅 670mm
- エレベータ数 3基
- エレベータドア幅 900mm
- エレベータかごの有効寸法 1600×1350mm
- 多機能トイレ数 4
- トレーニング施設 なし



ホテル法華クラブ新潟・長岡



練習施設からの距離

- | | |
|-----------------|--------|
| ① アオーレ長岡 | 0.08km |
| ② 長岡市市民体育館 | 1.14km |
| ③ 器械体操専用練習場 | 1.14km |
| ④ 新潟県立長岡屋内総合プール | 2.66km |

所在地	〒940-0061 新潟県長岡市城内町1-3-2		
ホームページ	http://www.hokke.co.jp/		
電話	0258-30-3151	宿泊可能人数	185名(最大)
チェックイン時間	15時	チェックアウト時間	10時

竣工年：1982年 改修工事年：2014年

宿泊部屋（部屋タイプ別）

部屋タイプ	シングル	ツイン	ダブル	和室シングル
部屋数	120部屋	19部屋	10部屋	7部屋
広さ	12.0㎡	17.0㎡	17.0㎡	9㎡
ベッドサイズ	120×195cm	110×195cm	140×195cm	110×195cm

- トイレタイプ 室内洋式



食事サービス

●	buffet形式	弁当(定食)方式	自炊形式	厨房貸出可
	ハラール対応	カシュルート対応	菜食対応	アレルギー対応
	ノンカフェイン・ノンアルコール対応			

その他施設・サービス

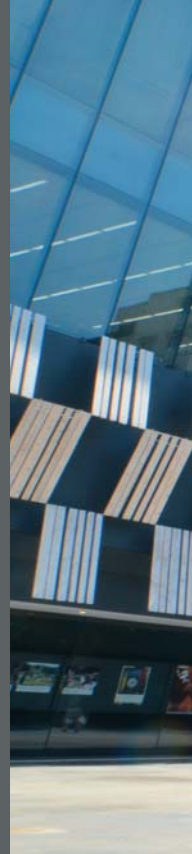
	会議室	宴会場	駐車場	● 専用浴室	● 共同(用)浴室
	温泉	国際放送受信		● 国際電話	● Wi-Fi
	外貨両替(ドルのみ)		● インフォメーションサービス	アクセシビリティ	
●	クリーニング		● コインランドリー		

多言語対応

●	英	仏	西	露	アラビア	中	独	葡
---	---	---	---	---	------	---	---	---

- 通路最小幅 1600mm
- 入口最小幅 770mm
- エレベータ数 2基
- エレベータドア幅 800mm
- エレベータかごの有効寸法 1150×1400mm
- 多機能トイレ数 0
- トレーニング施設 なし





NAGAOKA CITY

NAGAOKA TRAINING CAMP GUIDE

長岡市市民部スポーツ振興課
長岡市幸町 2-1-1 さいわいプラザ 2 階
電話：0258-32-6117 FAX：0258-39-2257
E-mail：sports@city.nagaoka.lg.jp