

年末年始企画保存版！

年末年始企画

2025年→2026年、

ぶんぶ Bumb 締め&
スタートしましょう！

今年も年末年始
休まず営業します！

期間限定！

スポーツ施設利用お年玉企画！

冬休みランチバイキング

バラエティ豊かな和洋中約40種類の
お料理が食べ放題！ドリンクも飲み放題！
バラエティ豊かにお料理を取り揃えています。

日時 2026年1/12 (月祝) まで
連日11:00~15:00
ラストオーダー 14:30

会場 レストラン

対象 どなたでも歓迎！

料金 一般 1,500円
高校生/大学生 1,400円
小学生/中学生 1,100円
幼児(3歳~) 500円

定員 満席の場合は順番にご案内いたします

利用方法 当日来館時先約順



人気のグラニータ 酒肴料理(カレー)



バイキング形式でいろいろな料理を楽しめます！

年末年始 インボディ&握力測定

日時 2025年12/28(日)~
2026年1/3(土)
10:00~21:00

会場 フィットネスジム

対象 中学卒業以上の方

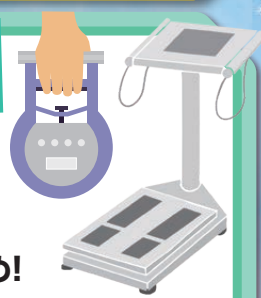
料金 無料

定員 なし

利用方法 当日直接
フィットネスジムで申込

2026年の
「カラダ目標」を
決めたい方におすすめ！

期間中、施設にご来館いただいた方を対象にご
自身のカラダ成分(筋肉量・体脂肪量・骨量等)
が分かる体組成を無料で測定できます。
※通常330円(簡易アドバイス付)



お得にスタート！
ご利用期間
7日間延長！

日時 2026年1月1日(木)~
1月31日(土)

会場 当館

対象 中学卒業以上の方

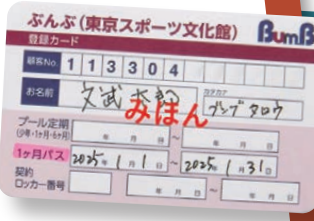
料金 1ヵ月パス
(デイ) 6,600円
(ナイト) 4,900円

定員 20名(先着順...
デイ、ナイト合計)

利用方法 登録用紙に
ご利用者情報記載、
登録カードを発行

1 カ月パス
(デイ・ナイト)

新規購入者向け
スタート特典



日時 2026年1月4日(日)~
1月31日(土)

会場 フィットネスジム

対象 中学卒業以上の方

料金・参加費 通常540円⇒
お試し価格330円
(インボディ測定付)

定員 なし

利用方法 当日メインフロントで
申込

フィットネスジム

初回利用者
お試し割引



日時 2026年1月4日(日)~
3月31日(火)

会場 フィットネススタジオ

対象 中学卒業以上の方

料金・参加費 690円/1レッスン
(お風呂利用不可)

※初回参加時は540円
(お風呂利用付体験あり)

定員 24名/1レッスン
(先着順)

利用方法 当日メインフロント
で申込

スタジオ
レッスン
トライアル



日時 2025年12月28日(日)、
2026年1月4日(日)
※2月・3月も運行予定あり

会場 屋内温水プール

対象 身長100cm以上の方は
1人で利用可
(未満の方は保護者同伴)

料金・参加費 施設利用料のみ
(大人320円・小人220円)

定員 なし(混雑時は順番に
ご案内します)

利用方法 当日現地集合

ウォーター
スライダー
1月運行



個人利用には
回数券がお得！

5回分の料金で
6回分使えます



詳しくはこちら

日時 2026年1月4日(日)~
1月31日(土)

会場 スポーツサウナ&バス

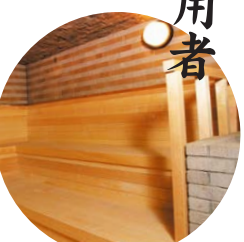
対象 中学卒業以上の方

料金・参加費 通常690円⇒
お試し価格590円

定員 なし

利用方法 当日メインフロントで
申込

サ ウナ初回
利用者
お試し割引



夢の島公園内施設ご利用者

スポーツ
サウナ&
バス
利用割引！



通常690円が... 590円
※利用当日が割引対象です。
利用の証明になるものを持参ください。
※タオル等レンタルをご用意しています(有料)。

フィットネスジム

フリーウェイト
増設！
有酸素マシン
全てTV付き！



1人1回2時間以内 540円
※中学生以下の方はご利用できません。
※室内トレーニングシューズ、トレーニングウェアが必要。

スポーツ施設
個人利用料



■屋内温水プール

	一般	青年	少年	使用可能時間帯
1人1回 (時間制限なし)	320	320	220	9:00~22:00

※おむつが完全に取れたお子さまからご利用いただけます。
(年中以下は無料) ※水遊び/パジャマ等の着用はご遠慮いた
だいております。 ※小学3年生までは保護者の同伴が必要
です。 ※プール利用で中学生以下の方は、午後5時以降(夏季は午後6時以降)利用の場合、保護者の同伴が必要です。
※プール利用は、スリムキャップの着用が必要です。水着・バスタオルと一緒に持参ください。 ※プールロッカー使用時
には10円玉、100円玉が必要です。 ※プール利用での再入場はできません。

個人利用の事前予約は必要ございません。利用当日フロント前の券売機にてチケットを購入後、
フロントにお申し出ください。 [単位:円] (税込)

■プール個人定期利用券

	少年	青年・一般
個人	1,900	2,630

■スポーツサウナ(お風呂)

	一般	青年	少年	使用可能時間帯
1人1回	690	690	利用不可	13:00~22:00

■おすすめコース

3つの施設利用とレッスン受講
(フィットネスジム・プール・スポーツサウナ)

	青年・一般	利用時間
1日パス	1,330	9:00~22:00 (スポーツサウナは 13:00~22:00)
1ヵ月パス	6,600	
1日ナイトパス	990	18:00~22:00
1ヵ月ナイトパス	4,900	

●フィットネスジム●プール●スポーツサ
ウナ(お風呂) 及びフィットネススタジオ
とプールで開設されるレッスン受講。

利用
施設

スポーツとカルチャーで
集い、憩う場所。
ぶんぶ Bumb
ぶんぶ／東京スポーツ文化館
東京都江東区夢の島2-1-3

www.ys-tokyobay.co.jp ぶんぶ 検索

※ご利用方法の詳細は、
ぶんぶ東京スポーツ文化館HPをご覧ください。

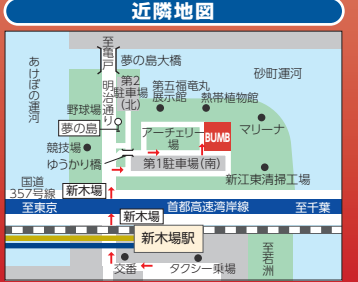


代表TEL
03-3521-7321
※各施設のお問い合わせ先は裏面をご参照ください。

施設の貸切・宿泊・合宿のご予約・お問い合わせはこちら
予約専用TEL(受付時間/9:00~18:00)
03-3521-2551

●営業時間/9:00~22:00

年4回(4月・6月・9月・12月)の各月10日が休館日になります。
(該当月の10日が土・日及び祝日にあたる場合は、翌平日が休館日になります。)
※休館日においては、宿泊施設とレストラン、研修ルームAのみ営業しています。



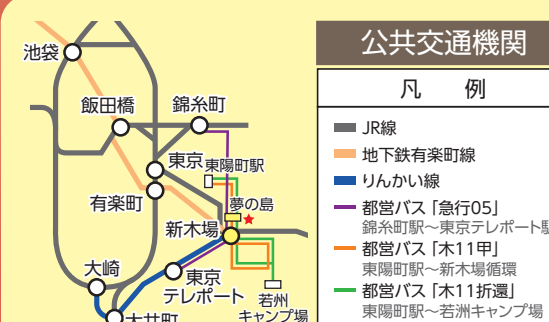
アクセスへの
QRコード



●夢の島公園駐車場利用料金について

	24時間利用可能です。
自家用車	4~24時間最大800円 (1時間まで200円 以降100円/30分) ※24時間以降は繰り返し
大型車 (車高250cm~)	9~24時間最大4,500円 (2時間まで1,000円 以降500円/1時間) ※24時間以降は繰り返し
バイク	1回あたり200円

※表示価格は令和7年12月1日現在(消費税10%)の料金となります。



公共交通機関をご利用の場合
●東京メトロ有楽町線・JR京浜東北線・りんかい線「新木場駅」下車...徒歩13分
新木場駅を出て直進、駅前広場の交差点を右折し、明治通りをそのまま直進。夢の島交差点から
首都圏中央連絡線の高架下を渡って(信号2つ渡る)更に約110m直進。右手に見えてくる歩道
橋の19~20号の階段を上ります(案内板があります)。公園の中を約450m直進すると、
Bumbに到着です。
●都営バス「夢の島」バス停下車...徒歩5分



の年末年始は楽しい教室、プログラム、イベント盛りだくさん!

2025年12月~2026年2月

★内容詳細は施設ホームページ内「SPORTSピックアップ」参照▶



年 2025 年末スペシャルプログラム

日時 2025年12月30日(火)
13:20~19:00 ※全5クラス

会場 フィットネススタジオ

対象 1か月パス及び1日パス利用の方及びスタジオ体験利用の方

料金・参加費 1日パス(デイ) 1,330円
1日パス(ナイト) 990円

定員 23名または24名(先着順)

利用方法 フィットネスジムカウンターで氏名記入申込(予約)期間各レッスン開始30分前より

話題沸騰! ピ 初級者限定教室

日時 2026年1月6日(火)・1月20日(火) 10:25~11:25
※2月、3月も初級者限定教室開催します

会場 サブアリーナ

対象 中学生以上の方(中学生は要保護者同伴)

料金・参加費 1,480円/1レッスン

定員 各レッスン24名(申込順)

利用方法 施設ホームページトピックス内QRコードから申込申込(予約)期間各開催日前日21:00まで

蹴り初め! フットサルコート開放

日時 2026年1月2日(金)・3日(土)
13:00~18:00

会場 フットサルコート

対象 小学生個人利用者

料金・参加費 100円/1時間

定員 なし

利用方法 フットサルカウンターで直接申込

※付き添いの保護者の方は通常の個人利用料金となります。

冬 休み子どもスイミング

日時 2026年1月4日(日)~7日(水)

会場 屋内温水プール(初心者用プール)

対象 年中~中学生(年齢別で3クラス設定)

料金・参加費 1,400円/1クラス

定員 6名または12名(先着順)

利用方法 電話または店頭で申込(空枠の有無は要問い合わせ)申込(予約)期間空枠あれば各レッスン開催日前日まで可

冬の親子卓球教室・マイラケットを作ろう

日時 2026年1月12日(月祝)
9:30~12:40
※親子卓球 9:30~11:00
マイラケットを作ろう 11:10~12:40

会場 マルチスタジオC

対象 小学生以上(親子卓球は祖父母の方も可)

料金・参加費 各教室 1,710円/1名あたり

定員 各回8組16名(申込順)

利用方法 施設ホームページトピックス内QRコードから申込申込(予約)期間2026年1月4日(日)21:00まで

全3コート人工芝で快適にご利用できます

フットサル以外の各種スポーツご利用可能!

フットサルコート営業時間・利用料

【単位:円】(税込)1時間1面単位

	平日	ビジター料金	メンバー料金
モーニングタイム 10:00~15:00	5,500	3,300	
デイタイム 15:00~19:00	7,700	5,500	
ナイトタイム 19:00~22:00	13,200	11,000	
土曜日・日曜日・祝休日		13,200	11,000
オールタイム 9:00~22:00		13,200	11,000

※12/31(火)~1/2(木)は10:00~18:00営業
※1/1(水)はお休みです

フットサルに関するお問い合わせは
https://www.mfpnet.com/bumb/
こちらまで ▶▶▶ 03-3521-3471

好評! 2月開催! アーチェリー初級者教室(第9期)

日時 2026年2月4日・11日・18日・25日(いずれも水)
19:00~21:00

会場 マルチスタジオB(旧柔道場)

対象 中学生以上の方(中学生は要保護者同伴)

料金・参加費 4,000円/4日間合計

定員 8名(抽選)

利用方法 施設ホームページトピックス内QRコードから申込申込(予約)期間2026年1月21日(水)13:00~1月27日(火)21:00まで

2月開催! プログラムイベント

日時 2026年2月7日(土)
10:00~19:00 全6クラス

会場 サブアリーナ

対象 中学卒業以上の方

料金・参加費 1,500円/1クラス ※一部1,100円あり

定員 50名または70名(先着順)

利用方法 施設ホームページトピックス内QRコードから申込申込(予約)期間1月10日(土)10:00~1月31日(土)21:00(2月1日(日)以降、店頭または電話受付)

蹴り初め! OVER 30 個人参加

日時 2026年1月2日(金)
10:00~12:00

会場 フットサルABコート

対象 満30歳以上の方(女性は年齢制限なし)

料金・参加費 1,650円/1名

定員 30名

利用方法 ウェブページより申込

https://labola.jp/r/event/show/2475845/

アーチェリー公開講座(教室) 実施中!

年始は1/7(水)~!! ※12/31(水)・1/3(土)はお休みです

毎週 水曜 19:00~21:00
土曜 14:00~16:00 (準備・片付け含む)

1回 570円

※水曜日に中学生が参加の場合は保護者の同伴が必要です。
※初めて参加される方は、必ず開始時間までに受付を済ませてください。(土曜のみ受付)
※中学生以上に限る。※スポーツに適した服装で。
※料金は弓・矢のレンタルを含みます。

卓球ワンポイントアドバイス教室 実施中!

年始は1/8(木)~!! ※1/1(木)はお休みです

毎週 木曜 9:30~11:00

1回 570円

※レンタルラケット無料
※小学生以上参加可(小学生は保護者の同伴が必要です)



年末年始も 安くで近くで楽しい! スポーツも宿泊もグルメもカルチャーもまるごと!

表示価格は令和7年12月1日現在(消費税10%)の料金となります。

年齢区分
少年...学齢1年前の方、小学生、中学生
青年...中学校卒業以上で22歳以下の方
および大学生
一般...青年以外の成人

アリーナから柔道場までそろったスポーツゾーン

貸切利用してみませんか?

■スポーツ施設貸切利用料金

※「一般の利用」とは23歳以上の方が4名以上の団体をいいます。
※「青少年団体の利用」とは、22歳以下の方および大学生が過半数を占める4名以上の団体をいいます。
※時間帯区分 午前...9:00~13:00 午後...13:30~17:30 夜間...18:00~22:00

スポーツゾーンの
詳細案内はこちら



メインアリーナ 47m×30m 観客席589席 バスケットボール2面 バレーボール3面 運動会等のイベントに最適!	サブアリーナ 30m×16m バスケットボール・卓球・バドミントン等の練習に最適!	アーチェリーフィールド(屋外) 最長70m アーチェリー一部の練習に最適!	プール 25m×7コース 初心者用12.4m×9.7m 水泳部等の練習に最適!
マルチスタジオA 16m×14m ダンスやチアダンス練習に最適!	マルチスタジオB(旧柔道場) 120畳 武道の練習に最適!	マルチスタジオC(旧剣道場) 16m×14m 剣道やチアダンス練習に最適!	フィットネススタジオ 11m×10m ダンスや部活のトレーニングに最適!

施設名	面積 (㎡)	青少年団体の利用				一般の利用			
		午前	午後	夜間	全日	午前	午後	夜間	全日
メインアリーナ (下段：半面使用)	1,410	12,100	12,100	16,720	33,000	24,200	24,200	33,440	66,000
		6,050	6,050	8,360	16,500	12,100	12,100	16,720	33,000
サブアリーナ	490	4,180	4,180	5,610	11,000	8,250	8,250	11,000	22,000
フィットネススタジオ	110	990	990	1,430	2,640	1,980	1,980	2,750	5,280
マルチスタジオA	220	1,760	1,760	2,310	4,510	3,410	3,410	4,620	8,910
マルチスタジオB(柔道場)	220	1,760	1,760	2,310	4,510	3,410	3,410	4,620	8,910
マルチスタジオC(剣道場)	220	1,760	1,760	2,310	4,510	3,410	3,410	4,620	8,910
アーチェリーフィールド		1,980	1,980	2,750	5,280	3,850	3,850	5,500	10,450
屋内温水プール		25mプール1コース 2h			1,430	25mプール1コース 2h			2,640
		初心者用プール 2h			3,190	初心者用プール 2h			6,160
		初心者用プール 2h (半面)			1,595	初心者用プール 2h (半面)			3,080

60室251人収容の宿泊施設 宿泊ゾーン

クラブやサークルの合宿練習の他、出張や観光宿泊にもご利用いただけます。

●宿泊室 ●大浴場 ●ランドリー室

大浴場

宿泊室(5人洋室)

宿泊室(10人室)

■宿泊施設利用料

【単位:円】(税込)

宿泊(お1人1泊)	施設団体利用の宿泊および学校行事等の宿泊料金	観光・出張・営利利用等の宿泊料金
部屋タイプ	少年 青年 一般	少年 青年 一般
シングル	3,850 4,950 6,050	5,500 6,600 7,700
ツイン(2名利用)	3,850 4,950 6,050	5,500 6,600 7,700
5人室定員利用	2,200 3,300 4,400	3,850 4,950 6,050
10人室定員利用	2,200 3,300 4,400	3,850 4,950 6,050

※各部屋の利用人数が定員に満たない場合には、未定員分1人につき2,200円が必要となります。

レストランだけでも気軽にどうぞ パブリックゾーン

情報交換やミニライブができるスペースや気軽に立ち寄っていただけるレストランなどもございます。

- レストラン ●売店 ●キッズルーム ●サードプレイス(展示・ミニイベント)

■レストラン営業案内

朝食	7:00~ 9:00
昼食	11:00~15:00
喫茶	9:00~11:00 15:00~17:00
夕食	17:00~21:00

(ラストオーダー:各営業終了時間の30分前)

売店

キッズルーム

レストラン

サードプレイス

音楽・演劇・創作・研修スペース 文化・学習ゾーン

ミュージックスタジオA

研修ルームA

研修ルームC

クリエイションスペース

■文化・学習施設利用料

【単位:円】(税込)

施設名	面積(m ²)	青少年団体の利用				一般の利用			
		午前	午後	夜間	全日	午前	午後	夜間	全日
ミュージックスタジオA	53	1,320	1,320	1,650	3,300	2,750	2,750	3,300	6,600
ミュージックスタジオB	83	3,300	3,300	4,070	8,250	6,600	6,600	8,250	16,500
アクターズスタジオ	70	1,870	1,870	2,310	4,730	3,850	3,850	4,730	9,460
クリエイションスペース	50	1,320	1,320	1,650	3,300	2,750	2,750	3,300	6,600
マルチホール	160	4,400	4,400	5,500	11,000	8,800	8,800	11,000	22,000
研修ルームA(和室)	66	1,320	1,320	1,650	3,300	2,750	2,750	3,300	6,600
研修ルームB	124	2,750	2,750	3,410	6,820	5,500	5,500	6,820	13,640
研修ルームC	55	1,100	1,100	1,320	2,750	2,200	2,200	2,750	5,500

当館では東京都教育委員会主催の社会教育事業を行っています。詳細はホームページをご覧ください。 ▶▶▶ https://www.ys-tokyobay.co.jp/

団体様の各種イベント・大会・練習・合宿から個人のスポーツ・お食事・宿泊まで、まずはご相談ください!

各施設の貸切・宿泊に関するお問い合わせはこちらまで ▶▶▶ 03-3521-2551 (9:00~18:00)