

合宿の里

士

別

SHIBETSU

SPORTS  
Training Camp City





## めざす。スポーツ合宿の最高峰。

To become the best training camp location

北海道の北にある農業とめん羊のまち、士別市。人口2万人ほどのこのまちは、年間2万人ものスポーツ選手が合宿を行い、ドイツ、カナダ、中国など海外のナショナルチームの合宿拠点にも選ばれています。世界をめざす選手たちを、日本一サポートできるまち。わたしたちは、そんな合宿地をめざしています。

Shibetsu is a city in northern Hokkaido that is known for agriculture and sheep farms. It has a population of approximately 20,000 and annually hosts about the same number of athletes on training camps, including national teams from Germany, Canada and China. The city aims to become Japan's best training camp location, supporting athletes who aspire to compete on the world stage.

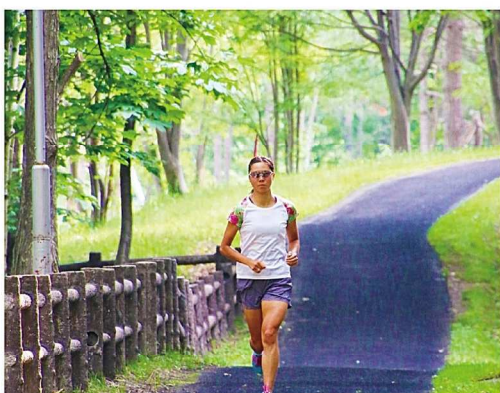




The entire city supports athletes aspiring to compete on the world stage.

世界に挑戦する  
アスリートを、  
まちをあげて、  
サポートします。

01



## 「競技者目線」での環境づくり

Creating an environment from the athletes' viewpoint

士別市の環境は冷涼な気候と自然、施設の整備にとどまりません。信号が少ない市内の道路には距離表示板を設置するほか、入林許可のいる未舗装林道やゴルフ場を開放。低酸素マシンの導入など競技者のニーズに応えています。

Shibetsu's advantages as a training camp include more than its refreshing climate, rich natural environment and well-developed infrastructure. There are few traffic lights on roads inside the city, and distance signs are installed. There are also golf courses and unpaved forest roads, where entrance is restricted, that athletes can use for training. The city has taken measures to meet the needs of athletes, including the introduction of hypoxic (low-oxygen) machines.

02



## 合宿受け入れの歴史と実績

History and track record of hosting athletes and sports teams on training camps

合宿受け入れの歴史は古く、1970年代からオリンピック金メダリストや実業団、学生など延べ500,000人以上もの選手・チームの受け入れ実績があり、近年はドイツや香港など海外チームの合宿地にも選出されています。

Shibetsu has a long history of hosting athletes and sports teams on training camps. Since the 1970s, it has received over 500,000 athletes, including Olympic gold medalists, corporate teams and students. In recent years, the city has been selected as a training camp for teams from Germany, Hong Kong and other countries and regions.

03



## 各施設への移動がコンパクト

A compact city with easy access to sports facilities

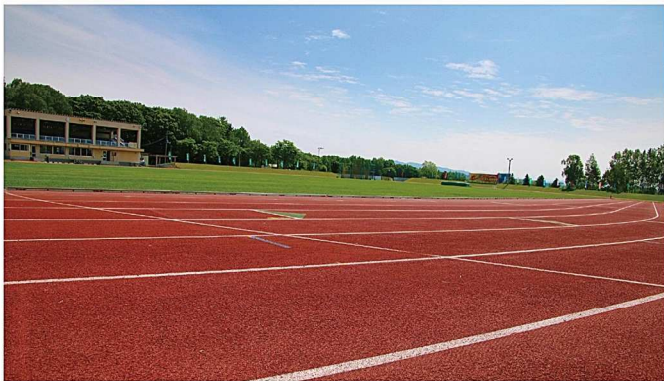
各宿泊施設から主要な競技施設・トレーニング場へは徒歩で15分程度。旭川空港までのバス送迎や、自転車、超小型電気自動車の貸し出しも無料です。移動負担がなく、トレーニングに集中できる環境を実現しています。

Shibetsu offers an environment where athletes can concentrate on their training without the stress of having to commute. Major competition and training venues are within approximately 15-minute walking distance from accommodations. A courtesy bus also operates between the accommodations and Asahikawa Airport, and bicycles and ultra-compact electric vehicles can be used free of charge.



# FACILITIES & EQUIPMENT

施設・設備



## 01

日本陸上競技連盟第3種公認コース。サブグラウンド隣接で、世界陸上や五輪採用の舗装材、MONDO社のスーパーXを使用。

This JAAF-approved Type 3 athletic field has a subsidiary ground nearby. It is equipped with Mondo's Super X track surface, which is often used in Olympic Games and World Championships.

**陸上競技場**  
Athletic Field

**所在地** | 士別市南士別町1612番地3  
Address | Minamishibetsu-cho 1612-3, Shibetsu  
**利用期間** | 5月～10月 [8:00～19:00]  
Hours | May - October, 8:00 - 19:00  
**休業日** | なし  
Closed | Open year-round  
**問合せ先** | ☎0165-23-3121  
Inquiries



## 02

膝や筋肉への負担が少なく走りやすい、レズライト(ゴムチップ入り弾性舗装仕上げ)の1.5kmと2kmのクロスカントリーコースがあります。

The city has two cross-country running courses (1.5 km and 2 km). The 1.5 km course is easy to run on, because it has elastic pavement containing rubber chips, which decreases the burden on knees and muscles.

**グリーン  
スポーツ  
ランニング  
コース**  
Green Sports  
Running Courses

**所在地** | 士別市西士別町2269番地  
Address | Nishishibetsu-cho 2269, Shibetsu  
**利用期間** | 5月～10月  
Hours | May - October  
**休業日** | なし  
Closed | Open year-round  
**問合せ先** | ☎0165-23-3121  
Inquiries

## 03

**ロードコース**  
Road courses



交通量が少なく、一定の起伏のある市内コースは、絶好の練習場。ロードには距離表示を明示してあります。

The low-traffic, gently rolling roads in the city serve as great training grounds. Distance signs are established all along these roads.

**所在地** | 士別市南士別町・朝日町  
Address | Minamishibetsu-cho and Asahi-cho, Shibetsu  
**利用期間** | 5月～10月  
Hours | May - October  
**休業日** | なし  
Closed | Open year-round  
**問合せ先** | ☎0165-23-3121  
Inquiries

## 04

**学田林道ランニングコース**  
Gakuden Forest Road Running Course



日陰で涼しい往復16km未舗装の林道。主に体幹を鍛えるトレーニングメニューに利用されています。

This 16 km unpaved forest road is relatively cool and in the shade. It is a popular choice for training to build core strength.

**所在地** | 士別市西士別町  
Address | Nishishibetsu-cho, Shibetsu  
**利用期間** | 5月～10月  
Hours | May - October  
**休業日** | なし  
Closed | Open year-round  
**問合せ先** | ☎0165-23-3121  
Inquiries

## 05

**朝日ローラースキーコース**  
Asahi Roller Skiing Course



1周3kmのローラースキー専用コースで、ノルディックコンビパインドの強化合宿等で道内外から多くの選手が利用しています。

This 3 km roller skiing course is used by numerous Nordic combined skiers and other athletes from across Hokkaido and elsewhere for training.

**所在地** | 士別市朝日町中央4527番地  
Address | Asahi-cho Chuo 4527, Shibetsu  
**利用期間** | 5月～10月  
Hours | May - October  
**休業日** | なし  
Closed | Open year-round  
**問合せ先** | ☎0165-28-2121  
Inquiries



## あらゆる競技をカバーする 充実したトレーニング環境。

足腰に負担の少ない舗装材を使用したランニングコースから、通年利用できるジャンプ競技場、心肺機能を高める低酸素トレーニング室やフリーウエイトが充実した総合体育館など、幅広い競技とトレーニングメニューに対応。多くの施設が無料で利用できるのも魅力です。



# 06

## 朝日三望台 シャンツェ

Asahi Sanbodai  
Schanze

スモールとミディアムヒルを備え、通年利用が可能。夏期に全日本スキー連盟A級公認の3大会が開催されます。

This ski jumping ground with small and medium hills is available throughout the year. It hosts three summer ski jumping competitions recognized as Class A by the Ski Association of Japan.

所在地 Address	士別市朝日町中央4023・4025・7489番地 Asahi-cho Chuo 4023, 4025 and 7489, Shibetsu
利用期間 Hours	通年 [9:00~17:00] (ナイター設備あり) Year-round, 9:00 - 17:00 (with night ski jumping facilities)
休業日 Closed	なし Open year-round
問合せ先 Inquiries	☎0165-28-2121



# 07

## 士別inn翠月

Shibetsu Inn  
Suigetsu

スポーツ合宿センター機能を備え、障がい者対応ルーム、トレーニング室(トレッドミル、エアロバイク等)を完備した、多彩なニーズに応える多機能ホテル。

This multifunctional hotel meets a variety of needs with its training camp center functionality, barrier-free rooms and training room equipped with treadmills and exercise bikes.

所在地 Address	士別市南士別町1781番地21 Minamishibetsu-cho 1781-21, Shibetsu
利用期間 Hours	通年 Year-round
休業日 Closed	なし Open year-round
問合せ先 Inquiries	☎0165-29-2233

# 08

## 総合体育館 Gymnasium



アリーナの床材にはタラフレックスを使用。有酸素運動機器・ウエイトトレーニング機器も充実し、合宿選手には無料開放。

This gymnasium with Taraflex sport floors is equipped with aerobic exercise and weight training machines. It is available free of charge to athletes on training camp.

所在地 Address	士別市東4条4丁目 Higashi 4-jo 4-chome, Shibetsu
利用期間 Hours	通年 [9:00~21:00] Year-round, 9:00 - 21:00
休業日 Closed	毎月18日(土日の場合は次の月曜日) The 18th of each month (the next Monday if the day is Saturday or Sunday)
問合せ先 Inquiries	☎0165-23-1348

# 09

## 南郷プール Nango Pool



25m×7コースを完備し、合宿選手には無料で開放。水泳の各種競技のほか、水中トレーニングにも利用可能です。

This swimming pool, complete with seven 25-meter lanes, is available free of charge to athletes on training camp. It is also an ideal place for in-water training, not just for competitive swimming events.

所在地 Address	士別市東3条17丁目 Higashi 3-jo 17-chome, Shibetsu
利用期間 Hours	5月末~9月最終日曜日 [10:00~20:30] Late May - the last Sunday of September, 10:00 - 20:30
休業日 Closed	なし Open year-round
問合せ先 Inquiries	☎0165-22-0160

# 10

## ふどうテニスコート Fudo Tennis Courts



人工芝×4面、グリーンサンド×6面のコートを用意しており、ナイター設備も完備しています。

Four artificial turf courts, six green sand courts and night game facilities are also available.

所在地 Address	士別市南士別町1612番地3 Minamishibetsu-cho 1612-3, Shibetsu
利用期間 Hours	5月~10月 [9:00~21:00] (ナイター設備あり) May - October, 9:00 - 21:00 (with night game facilities)
休業日 Closed	なし Open year-round
問合せ先 Inquiries	☎0165-23-3121



## Excellent training environment for all kinds of sports

Shibetsu offers an ideal environment for training in various kinds of sports and on various kinds of training programs.

It includes a paved running course, which decreases the burden on the feet, legs and lower back, a year-round ski jumping ground, hypoxic training rooms to improve cardiopulmonary functions and a gymnasium with a range of free weights. Many facilities are available free of charge.

## 11 ウェイトリフティング場 Weightlifting Hall



フリーウエイトの充実度は全国有数。日本ウエイトリフティング協会ナショナルチームの合宿地となっています。

With one of the most extensive lineups of free weights in Japan, this facility is used for training of the Japan Weightlifting Association national team.

<b>所在地</b> Address	士別市東3条4丁目 Higashi 3-jo 4-chome, Shibetsu
<b>利用期間</b> Hours	通年 [9:00~21:00] Year-round, 9:00 - 21:00
<b>休業日</b> Closed	毎月18日(土日の場合は次の月曜日) The 18th of each month (the next Monday if the day is Saturday or Sunday)
<b>問合せ先</b> Inquiries	☎0165-23-3121

## 12 天塩川サッカー場 Teshiogawa Soccer Field



天然芝コート×4面、34,000㎡を誇る広大なサッカー専用グラウンド。サマーシーズンの合宿拠点に最適です。

This vast ground covering an area of 34,000 m<sup>2</sup> consists of four natural turf fields. It is an ideal training camp in summer.

<b>所在地</b> Address	士別市東山町(天塩川河川敷) Higashiyama-cho, Shibetsu (riverside area of the Teshio River)
<b>利用期間</b> Hours	5月~10月 [9:00~17:00] May - October, 9:00 - 17:00
<b>休業日</b> Closed	なし Open year-round
<b>問合せ先</b> Inquiries	☎0165-23-3121

## 13 日向スキー場 Hinata Ski Area



初心者から上級者まで楽しめるファミリーゲレンデ。良質なパウダースノーを求め、道内外から訪れます。

This ideal slope for beginners, advanced skiers and families is popular for high-quality powder snow among visitors from across Hokkaido and elsewhere.

<b>所在地</b> Address	士別市多寄町4095番地 Tayoro-cho 4095, Shibetsu
<b>利用期間</b> Hours	12月上旬~3月 [10:00~20:30] Early December - March, 10:00 - 20:30
<b>休業日</b> Closed	なし Open year-round
<b>問合せ先</b> Inquiries	☎0165-26-2577

## 14 低酸素トレーニングルーム Hypoxic training rooms



高地トレーニングと同様の環境を人工的に作り出す常圧低酸素マシンを完備。心肺機能の強化をサポートします。

These rooms have machines that create a low-oxygen, normal pressure environment, like that found under altitude training conditions. They help athletes improve their cardiopulmonary functions.

<b>所在地</b> Address	07と10の施設内に1室ずつ整備 Facilities No.07 and No.10 both have a hypoxic training room.
<b>利用期間</b> Hours	通年(要予約:2時間前まで) Year-round (Reservations must be made at least two hours before use.)
<b>休業日</b> Closed	なし Open year-round

## その他スポーツ施設紹介 Other sports facilities

- 15.ふどう野球場 Fudo Baseball Field  
☎0165-23-3121 士別町1612番地3  
shibetsu-cho 1612-3, Shibetsu
- 16.多世代スポーツ交流館 Center for Multigenerational Sports Exchanges  
☎0165-23-3121 西2条北9丁目80番地9  
Nishi 2-jo Kita 9-chome 80-9, Shibetsu
- 17.勤労者体育センター Workers' Sports Center  
☎0165-23-2482 東5条9丁目1607番地14  
Higashi 5-jo 9-chome 1607-14, Shibetsu
- 18.朝日農業者トレーニングセンター Asahi Farmers' Training Center  
☎0165-28-3472 朝日町中央4039番地  
Asahi-cho Chuo 4039, Shibetsu
- 19.朝日武道館 Asahi Budokan (Martial Arts Center)  
☎0165-28-3140 朝日町中央4039番地24  
Asahi-cho Chuo 4039-24, Shibetsu
- 20.つくもカーリング・スケート場 Tsukumo Curling and Skating Rinks  
☎0165-23-3121 東7条北9丁目19番地  
Higashi 7-jo Kita 9-chome 19, Shibetsu
- 21.あさひスキー場 Asahi Ski Area  
☎0165-28-3140 朝日町中央6656番地1~7489番地  
Asahi-cho Chuo 6656-1 - 7489, Shibetsu
- 22.朝日クロスカントリースキーコース Asahi Cross-country Skiing Course  
☎0165-28-2121 朝日町中央6653番地  
Asahi-cho Chuo 6653, Shibetsu

## 宿泊施設(ホテル・旅館) Accommodations (hotels and inns)

- 士別inn翠月 Shibetsu Inn Suigetsu  
☎0165-29-2233 南士別町1781番地21  
Minamishibetsu-cho 1781-21, Shibetsu
- 士別グランドホテル Shibetsu Grand Hotel  
☎0165-23-1234 東3条6丁目4番地  
Higashi 3-jo 6-chome 4, Shibetsu
- ホテル美し乃湯温泉 Hotel Utsukushinoyu Onsen  
☎0165-29-2611 大通東17丁目3143番地215  
Odori Higashi 17-chome 3143-215, Shibetsu
- 旅館まるいし Ryokan Maruishi  
☎0165-23-3571 西2条8丁目  
Nishi 2-jo 8-chome, Shibetsu
- はとや旅館 Hatoya Ryokan  
☎0165-23-2292 西2条8丁目  
Nishi 2-jo 8-chome, Shibetsu
- 甲州屋旅館 Koshuya Ryokan  
☎0165-23-2064 西2条7丁目  
Nishi 2-jo 7-chome, Shibetsu
- 士別市サイクリングターミナル Shibetsu Cycling Terminal  
☎0165-22-3822 東7条北9丁目  
Higashi 7-jo Kita 9-chome, Shibetsu
- 朝日地域交流センター「和が舎・朝日山村研修施設」  
Wagaya Asahi Community Center / Asahi Training Facility  
☎0165-28-2339 朝日町中央4039番地  
Asahi-cho Chuo 4039, Shibetsu



# SPORTS COMPETITIONS

競技大会

スポーツ文化が根づくまち。

A city with sports culture



## サフォークランド士別ハーフマラソン大会 Suffolk Land Shibetsu Half Marathon

日本陸上競技連盟公認コースで、日本を代表する招待選手がそろう。実業団や学生のほか、北海道マラソンの最終調整で参加するランナーも多い。

Many leading Japanese runners participate in this race that is officially approved by JAAF. Participants also include corporate runners, students and runners who use this race as their final preparations for the Hokkaido Marathon.

種目 Events	ハーフ／10km／5km／2km／ファンラン Half marathon, 10 km, 5 km, 2 km and fun run
開催日 Date	7月下旬 Late July
会場 Venue	士別中央公園 Shibetsu Chuo Park
問合せ先 Inquiries	士別ハーフマラソン大会実行委員会 Shibetsu Half Marathon Organizing Committee ☎0165-23-3121



## ホクレンディスタンスチャレンジ士別大会 Hokuren Distance Challenge Shibetsu

毎年6月～7月にかけて北海道各地を転戦する陸上競技大会。中長距離種目の国内有力選手が集まり、好記録をめざして熱戦を繰り広げています。

The Distance Challenge is a series of athletic events held in Hokkaido in June and July every year. Japan's leading middle- and long-distance runners participate in exciting competitions to improve their records.

種目 Events	5,000m／3,000m／1,500m 5,000 m, 3,000 m and 1,500 m
開催日 Date	7月上旬 Early July
会場 Venue	士別市陸上競技場 Shibetsu Athletic Field
問合せ先 Inquiries	ディスタンスチャレンジ大会士別市実行委員会 Hokuren Distance Challenge Shibetsu Organizing Committee ☎0165-23-3121



## 全日本サマージャンプ3大会 Japan National Three Summer Ski Jumping Competitions

- ・全日本サマージャンプ朝日大会  
Japan National Summer Ski Jumping Asahi Competition
- ・全日本サマーコンバインド朝日大会  
Japan National Summer Nordic Combined Asahi Competition
- ・全日本ジュニア&レディースサマージャンプ朝日大会  
Japan National Junior & Ladies Summer Ski Jumping Asahi Competition

開催日 Date	7月 July
会場 Venue	朝日三望台ジャンツェ／朝日ローラースキーコース Asahi Sanbodai Schanze / Asahi Roller Skiing Course
問合せ先 Inquiries	朝日スキーイベント実行委員会 Asahi Ski Event Organizing Committee ☎0165-28-2121

## その他スポーツ競技大会 Other sports competitions

### ウエイトリフティング北海道選手権大会 Weightlifting Hokkaido Championships

開催日 Date	8月 August
会場 Venue	特設ウエイトリフティング場 Special Weightlifting Site
問合せ先 Inquiries	士別市教育委員会合宿の里推進室スポーツ課 Sports Division, Training Camp Promotion Office, Shibetsu City Board of Education ☎0165-23-3121

### オリンピックデーラン士別大会 Olympic Day Run Shibetsu

種目 Events	ジョギング2.6km／ウォーキング2.6km Jogging (2.6 km) / walking (2.6 km)
開催日 Date	9月上旬 Early September
会場 Venue	士別市陸上競技場 Shibetsu Athletic Field
問合せ先 Inquiries	オリンピックデーラン士別大会実行委員会 Olympic Day Run in Shibetsu Organizing Committee ☎0165-23-3121

### 朝日ノルディックスキー大会 Asahi Nordic Ski Competition

種目 Events	ジャンプ／コンバインド／クロスカントリー Ski jumping / Nordic combined / Cross-country skiing
開催日 Date	12月下旬 Late December
会場 Venue	朝日三望台ジャンツェ／朝日クロスカントリースキーコース Asahi Sanbodai Schanze / Asahi Cross-country Skiing Course
問合せ先 Inquiries	朝日スキーイベント実行委員会 Asahi Ski Event Organizing Committee ☎0165-28-2121



士別市教育委員会 合宿の里推進室スポーツ課  
Sports Division, Training Camp Promotion Office  
Shibetsu City Board of Education

〒095-8686 士別市東5条3丁目9番地  
Higashi 5-jo 3-chome 9, Shibetsu, 095-8686

✉ [sportska@city.shibetsu.lg.jp](mailto:sportska@city.shibetsu.lg.jp)

☎ 0165-23-3121 ㊟ 0165-23-4281

朝日総合支所地域住民課

Local Residents' Division, Asahi Branch Office

〒095-0492 士別市朝日町中央4040番地  
Asahi-cho Chuo 4040, Shibetsu, 095-0492

✉ [chiikijuminka@city.shibetsu.lg.jp](mailto:chiikijuminka@city.shibetsu.lg.jp)

☎ 0165-28-2121 ㊟ 0165-28-3678

# TRACK RECORD

スポーツ団体受け入れ実績

## 陸上競技 (主に中・長距離) Track and field (primarily middle and long distance)

実業団 Corporate teams

日本陸連マラソン男子ナショナルチーム・日本実業団連合・関西実業団連合・トヨタ自動車・コニカミノルタ・富士通・中国電力・YKK・JR東日本・デンソー・ダイハツ・ユニクロ・シスメックス・ノーリツ…など、他多数

Japan Association of Athletics Federations (JAAF) men's marathon national team, Japan Industrial Track & Field Association, Kansai Industrial Track & Field Association, Toyota Motor Corporation, Konica Minolta, Inc., Fujitsu Limited, The Chugoku Electric Power Co., Inc., YKK Corporation, East Japan Railway Company, Denso Corporation, Daihatsu Motor Co., Ltd., Uniql Co., Ltd., Sysmex Corporation, Noritz Corporation and many more

高校・大学 High schools, colleges and universities

順天堂大学・大東文化大学・中央学院大学・帝京大学・城西大学・玉川大学・広島経済大学・富山商業高校…など、他多数  
Juntendo University, Daito Bunka University, Chuo Gakuin University, Teikyo University, Josai University, Tamagawa University, Hiroshima University of Economics, Toyama Commercial High School and many more

## スキー (ジャンプ・ノルディック等) Skiing (including ski jumping, Nordic skiing)

都道府県スキー連盟 Prefectural ski associations

全日本スキー連盟・北海道スキー連盟・青森県スキー連盟・秋田県スキー連盟・岩手県スキー連盟・新潟県スキー連盟・長野県スキー連盟…など、他多数

Ski Association of Japan, Ski Association of Hokkaido, Ski Association of Aomori, Ski Association of Akita, Ski Association of Iwate, Ski Association of Niigata, Ski Association of Nagano and many more

実業団 Corporate teams

土屋ホーム・北野建設・雪印メグミルク・東京美装興業・デンソー北海道・岐阜日野自動車スキークラブ・サッポロノルディックスキークラブ・フィットスキー…など、他多数  
Tsuchiya Co., Ltd., Kitano Construction Corp., Megmilk Snow Brand Co., Ltd., Tokyo Biso Kogyo Corporation, Denso Hokkaido Corporation, Gifu Hino Motor Ski Club, Sapporo Nordic Ski Club, Fit Ski and many more

高校・大学 High schools, colleges and universities

日本大学・明治大学・東海大学・札幌日大高校・余市紅志高校・飯山高校・五所川原農林高校・高山工業高校・下川商業高校…など、他多数  
Nihon University, Meiji University, Tokai University, Sapporo Nihon University Senior High School, Hokkaido Yoichikoushi High School, Iiyama High School, Gogyogawara Agriculture and Forestry High School, Gifu Prefectural Takayama Technical High School, Hokkaido Shimokawa Commercial High School and many more

## トライアスロン Triathlon

日本トライアスロン連合ナショナルチーム・チームケンズ・日本食研・トヨタ車体…など  
Japan Triathlon Union (JTU) national team, Team Ken's, Nihon Shokken Holdings Co., Ltd., Toyota Auto Body Co., Ltd., etc.

## ウエイトリフティング Weight lifting

日本ウエイトリフティング協会・韓国ナショナルチーム…など  
Japan Weightlifting Association, South Korean national team, etc.

実業団 Corporate teams

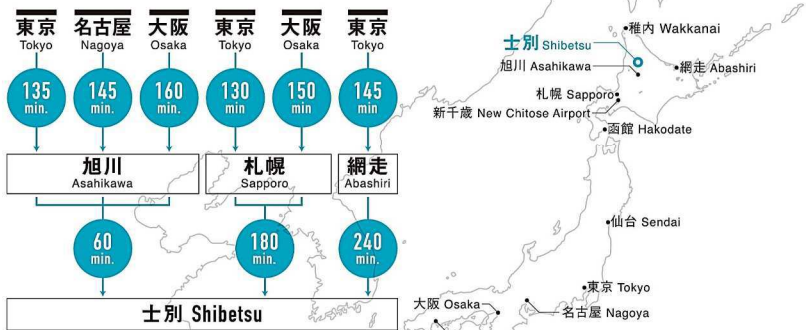
秋田県国体強化選手・富山県国体強化選手…など  
Athletes chosen for special training for the National Sports Festival in Akita Prefecture, athletes chosen for special training for the National Sports Festival in Toyama Prefecture, etc.

大学 Colleges and universities

早稲田大学・日本体育大学・明治大学…など  
Waseda University, Nippon Sport Science University, Meiji University, etc.

# ACCESS

アクセス



広域マップ Wide-area map



中心部マップ Map of central Shibetsu

