

夏から始めるフィットネス!

気軽に利用できるから続けられる!

楽らクラブ

気の向いたときに
200円で利用
できるから安心♪

楽らクラブは、登録さえすれば「いつでも」「だれでも」参加できる初心者向け教室です。気の合う仲間と楽しく参加してください。



参加募集中!

教室名	対象	曜日	開催日時
いきいき体操	おおむね60歳以上の健康な方	月・水・金	10:00~11:00
太極拳	高校生相当以上の健康な方	月	10:00~11:00
すっきりヨーガ		水	10:00~11:10
汗かきエアロ		水	19:30~20:30
ゆったりヨーガ		金	14:10~15:20

おためし教室

レッスン(60分)
+
ストレッチ(15分)
のお得な教室です。

いつでも誰でも♪



教室名	強度	曜日	開催日時
おためし! エアロビクス	★ (初級)	火・金	10:00~11:15
		木・土	10:00~11:15
		月・火	14:10~15:25
おためし! トレーニング	★ (初級)	水	10:00~11:15
		木	14:10~15:25

トレーニング室

各種トレーニングマシン、バイク、
スミスマシン(最大127Kg)、
ダンベル(最大20Kg)

住所	対象	料金	利用時間
市内	高校生相当以上	200円	2時間
市外		400円	



スマイルぱす

【対象】①65歳以上の方
②高校生相当以上の障がい者手帳をお持ちの方
【料金】1カ月/1,500円(市外3,000円)
※詳しくは、HPまたは総合体育館までお問い合わせください!



充実した施設で こんな利用方法もあります!

掲載している料金は、市内在住、在勤、在学、市内団体料金です。
市外在住のかたは市内料金の倍額を目安とさせていただきます。
※ただし、市外在住のかたでも各事業や団体の構成などによって料金は異なります。



貸切り利用

スポーツアリーナ・20人スペース・40人スペースを貸切で利用することができます。
仲間を集めてスポーツ&フィットネス!
一例)フットサル⇒1面貸切4,730円
ダンス ⇒1部屋貸切720円
※どちらも2時間30分



屋外体育施設

家族や友人、同じ目標の仲間とスポーツを楽しもう!
一例)テニスコート⇒1面貸切 640円
野球場 ⇒1面貸切 1,500円
※どちらも2時間

スポーツ広場

様々な球技を体験できます!お1人でもスタッフが相手します!
お友達と一緒に参加もお待ちしております!
※フットサル広場(9月~)

種目	開催日時
バドミントン広場	<月> 12:00~13:50
フットサル広場	<月> 19:30~21:20
室内テニス広場	<木> 12:00~13:50
卓球広場	<金> 12:00~13:50
トランポリン広場	<水・土>連続利用可 1部 14:10~15:00 2部 15:10~16:00

個人開放

卓球・バドミントン・バスケットボールが出来ます。

施設利用料金(2時間)			
種目	対象	大人	子ども
個人開放 スポーツ 広場	市内	200円	50円
	市外	200円	50円

※市外在住のかたは市内料金の倍額です。

幼児一時預かり

育児中の保護者でも気軽にスポーツができるよう、お子様をお預かり時間を設定しています。

種目	幼児一時預かり
時間	9:00~13:00
曜日	月・水・木
対象	満1歳~未就学児
料金	550円

※事前の登録をした上で、教室等参加中の保護者に限ります。

専門のコーチだから安心♪ NEW!

スクールパートナー

毎週水曜日に
チアダンスを開催!

参加者募集中!
詳細はチアクラブのHPへ!

対象	曜日	時間	場所
キッズ(3歳から3年生)	水	16:15~17:15	総合体育館
ジュニア(小学生)		17:30~18:30	
ジュニア(小学生)		18:45~19:45	

お問い合わせ先

体験及び参加申し込みは **0120-932-506**

スカイダンク

7月から無料体験実施!

経験者・未経験者大歓迎!
詳細はQRコードへ!

教室名 SDバスケスクール
期間 7/13・20・27(火)
時間 幼児/16:35~17:45
小学生/17:40~18:50
場所 総合体育館



お問い合わせ先

体験及び参加申し込みは **03-6802-9187**

オープンのお知らせ

野山北公園プール



期間 7/17(土)~8/31(火)
日時 10:00~17:30 最終入場は17:00まで
※7/19~21、8/30~31は13:00~17:30

※ただし、8/2・3は休場です。※施設の都合で休場になる場合があります。
※詳細は、近日常に体育館のHPでお知らせしますので、ご確認をお願いいたします。

利用料	区分	単位	大人(中学生以上)	子ども(3歳以上)
	利用料	1人2時間以内	100円	50円
超過料金	1人2時間につき	100円	50円	



武蔵村山市総合体育館

Musashimurayama Municipal Gymnasium

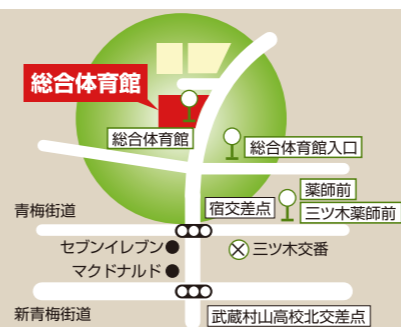
TEL.042-520-0082 <http://musamura-gym.jp/>

施設利用時間 9:00~21:30 各種受付 9:00~21:00

【休館日】毎月第1月曜日(祝日の場合は翌日・年末年始(12/28~1/3)他)

@musamuragym0294

facebook <https://www.facebook.com/musamuragym/> 指定管理者: フクシオーエンス共同事業体



〒208-0031 東京都武蔵村山市岸3丁目45番地6

Access(交通案内)

市内循環バスの場合

・多摩都市モノレール/上北台駅から(約30分)

上北台ルート

「総合体育館」下車すぐ
または「総合体育館入口」下車 徒歩約4分
※早朝と夜間は「総合体育館入口」のみ

・イオンモールから(約22分)

西循環ルート

「総合体育館」下車すぐ

立川バスの場合

・JR中央線/立川駅北口から(約40分)

箱根ヶ崎駅行「薬師前」下車 徒歩約5分

・JR八高線/箱根ヶ崎駅から(約10分)

立川駅行「薬師前」下車 徒歩約5分

都営バスの場合

・西武拝島線/東大和市駅から(約25分)

青梅車庫前行「三ツ木薬師前」下車 徒歩約5分