

気の向いたときに 200円で利用できるから安心♪

4月からの **楽らクラブ** 参加者募集中!

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。

教室名	内容	定員(10名)	開催日時	定員	対象
いきいき体操(月コース)		あり	毎週月曜日 午前10時~11時15分	60名	おおよそ60歳以上の健康な方
いきいき体操(水コース)	リズム体操やストレッチ、 練功十八法などの健康体操を行います。	あり	毎週水曜日 午前10時~11時15分	60名	
いきいき体操(金コース)		—	毎週金曜日 午前10時~11時15分	60名	
太極拳	ゆっくりとした動きで、 筋力アップやバランス感覚を 養います。	あり	毎週月曜日 午前10時~11時	50名	高校生 相当以上の 健康な方
かんたんエアロ	初心者向けのエアロビクスです。	あり	毎週月曜日 午前11時40分~12時40分	40名	
汗かきエアロ	運動量の多いエアロビクスです。	—	毎週水曜日 午後7時30分~8時30分	40名	
ヨーガ	さまざまなポーズをとり、 心と体を整えながら 行う運動です。	あり	毎週水曜日 午前10時~11時	100名	

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)

おためし教室

トレーニング室+レッスン+
ストレッチ(2時間以内)
プラス100円で受けられる
お得な教室です。

いつでも
誰でも♪

専門のコーチだから安心♪

スクールパートナー教室(ジュニア向けスポーツ教室)



教室	対象	時間	場所
サッカー	キッズ(3歳から年長児)	15:00~16:00	総合第2運動場
	ジュニア(小学生)	16:15~17:15	
チアダンス	キッズ(3歳から年長児)	16:15~17:15	総合体育館
	ジュニア(小学生)	17:30~18:30	
Jr.フットサル	ジュニア(小学生)	18:45~19:45	

無料体験会参加者募集! チアダンス 平成31年3月20日、4月3日、4月10日(水)
サッカー&フットサル 平成31年3月20日、3月27日、4月10日(水)

※雨天時の屋外教室は、
総合体育館内にて
活動します。

体験会参加及び入会をご希望の方は事前にスクールパートナー事務局0120-932-506へお申し込みください。

こんな利用方法もあります

貸切利用

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



個人開放

仲間とわいわい
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)		
市内	大人	子ども
個人開放	200円	50円
スポーツ広場	200円	50円

※市外在住のかたは市内料金の倍額です。



スポーツ広場

卓球・バドミントン・室内テニス・トランポリン
が出来ます。お一人様でも体育館職員がお相手
しますのでお気軽にご利用ください。

種目	開催日時
バドミントン広場	<月曜日>12:00~13:50
室内テニス広場	<木曜日>12:00~13:50
卓球広場	<金曜日>12:00~13:50
トランポリン広場	<土曜日>
	1部 14:10~15:00 2部 15:10~16:00 ※1~2部は続けてご利用可



屋外施設

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



幼児の一時預かり

育児中のみなさんでも気軽にスポーツができるように、
お子さまをお預かりする時間を設定しています。

午前9時00分~午後1時00分

一例)未就学の幼児1名お預かり 510円
※保護者が教室等参加中に限ります。

※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

掲載している料金は、市内在住、在勤、在学、市内団体利用料金です。
市外在住のかたは市内料金の倍額を目安としてください。※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。

定員や料金の詳細は直接総合体育館へお問い合わせください。



武蔵村山市総合体育館

Musashimurayama Municipal Gymnasium

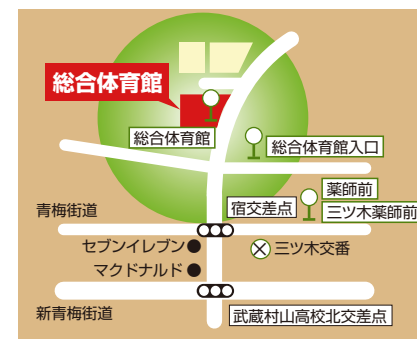
TEL.042-520-0082 【施設利用時間】9:00~21:30 【各種受付】9:00~21:00
【休館日】毎月第1月曜日(祝日の場合は翌日)・年末年始(12月28日~1月3日)他

@musamuragym0294

facebook https://www.facebook.com/musamuragym/

http://musamura-gym.jp/

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」 「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」 「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