

貸切り利用



スポーツアリーナ・20人スペース・40人スペースを貸切り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	⇒ 1/2面貸切	4,730円
	全面貸切	9,460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	1,020円
野球場	⇒ 1面貸切	1,500円

※どちらも2時間

安心 & 快適

充実した施設でこんな利用方法もあります！

貸切り利用

屋外体育施設

個人開放

スポーツ広場

幼児一時預かり

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・フットサルが出来ます。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	種目	開催日時
バドミントン広場	月 12:00～13:50	卓球広場	火 9:30～11:20 金 12:00～13:50
フットサル広場	月 19:30～21:20	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
室内テニス広場	木 12:00～13:50		

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	市内	200円	50円	
	市外	400円	100円	
スポーツ広場	市内	300円	100円	
	市外	500円	150円	

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、お子様のお預かり時間を設定しています。

種目	時間	曜日	対象	料金
幼児一時預かり	9:00～13:00	木曜日のみ	満1歳～未就学児	市内・市外／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。
※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!! プログラム!! 充実したサポート!!

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	

おためし教室



おためし! レッスン+ストレッチを400円で受けられるお得な教室です。おためし教室へのご参加はトレーニング室の登録が必要です。

教室名	曜日	強度	開催時間
エアロビクス	月	中級	14:10～15:20
	火	初中級	10:00～10:50
	火	初級	14:10～15:10
	水	中級	19:30～20:40
	木	初級	10:00～10:50
	金	中級	10:00～11:10
	土	初中級	10:00～11:00

※おためし教室の受付は、開催時間の30分前からです。
※教室実施時間とトレーニング室の利用時間が合わせて2時間以内。(スマイルばすの方は3時間20分以内)
※市外料金は700円になります。

スマイルばす

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ヶ月／1,500円(市外3,000円)

※トレーニング室1ヶ月使い放題。1日1回(2時間)限り。
※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!



ストレッチ

トレーニング室利用者は、おためし教室のストレッチに参加できます。どなたでも出来るストレッチなので、初心者の方におすすめです。

教室名	曜日	時間	場所
ストレッチ	火・木	11:00～11:20	第三体育室

参加募集中! 楽らクラブ



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	10:00～11:10
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
ゆったりヨーガ		金	14:00～15:10

気が向いたときに300円で利用できるから安心♪ ※市外料金は500円になります。
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。

スピードファースト



対象	曜日	時間	場所
キッズ(3歳から小学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	

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!

お問い合わせ先 体験及び参加申し込みは **0120-932-506**





武蔵村山市総合体育館

Musashimurayama Municipal Gymnasium 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

TEL.042-520-0082 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

施設利用時間 9:00～21:30 各種受付 9:00～21:00

Twitter @musamuragym0294 Facebook https://www.facebook.com/musamuragym/

Instagram @musamura_gym

http://musamura-gym.jp/




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

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/東大和市駅前から(約25分)
青梅車庫前行 「三ツ木薬師前」下車 徒歩約5分



総合体育館

総合体育館入口

宿交差点

薬師前

三ツ木薬師前

青梅街道

新青梅街道

武蔵村山高校北交差点

三ツ木交番