

立川市泉市民体育館 2026年度1期(2026年4月～2026年7月)

ネット申込が難しい場合は窓口にてご相談ください。

お問合せ先: ☎190-0015 立川市泉町786-11 (TEL)042-536-6711

申込締切日

ネット申込 3/15(日)

先着順ではありません。定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。

【注意事項】

- 健康状態に不安がある方は医師の許可を得てからご応募ください。
- キャンセルされる方は施設までご連絡ください。
- 原則参加者ご本人以外は会場には入れません（一部こども対象教室除く）。
- 参加者都合による欠席・遅刻等に対する返金・振替等はいたしかねます。
- 講師・スタッフの指示や教室を妨害する様な行為が認められた場合、参加をお断りする場合がございますので予めご了承ください。
- 教室での事故・怪我、物品の紛失・盗難等について、施設に瑕疵がない場合一切の責任を負いかねます。
- 教室中の録音・撮影（動画・静止画）はご遠慮ください。
- お子様教室にて17時以降にかかる教室に参加されている小中学生は、保護者の送迎が必要になります。
- 体調が優れない場合、無理をしない様お願致します。
- 教室応募に際してご提供いただいた個人情報は教室運営にかかる事業にのみ使用します。
また、教室業務委託者に提供する場合もございますが、ほかの第三者に提供することはありません。
- 各クラス募集定員の半数を割り込む場合、やむを得ずその教室が不成立となる場合があります。

【お申込方法】

※お子様は新学年でお申込ください

※ネット申込み方法

申込サイトより各クラス（ゲスト予約）をクリックしてください。

○申込期間中は変更・キャンセルも可

操作方法

QRをスキャン！【予約ボタン】をタップして
参加したい教室を選んでください。



お一人様、一つのメールアドレスで予約をお願いします。ただし、こども用教室は、ご兄弟のみ同教室同時申込できます。キャンセルされる場合は、お二人ともキャンセルになりますのでご了承下さい。

■システムの都合上、申込サイトではお教室初日のみ明記されています。

【お支払期間】

4/1(水)～教室初日までに泉市民体育館にてお支払ください。

※期間中にお支払いできない方は事前に施設までご連絡をください。

※キャンセルする場合は必ずご連絡をお願いします。

A1【ビギナーヨガ】会場:スタジオ



「太陽礼拝」を行い一つのポーズを丁寧に取りながら心身の調和をはかります。

ヨガ初心者でも参加できるクラス編成になっています。

持ち物:動きやすい服装・飲み物(蓋つき)・タオル・お持ちの方はヨガマット(貸出有)

クラス・対象者	曜日	開催時間	定員	回数	受講料	4月	5月	6月	7月
16歳以上 初心者向け	月曜日	9:20～10:20	13	15 回	¥16,500	6.13.20.27	11.18.25	1.8.15.22.29	6.13.27

A2【ストレッチ&リズム体操】会場:研修室



体力に自信がなくても大丈夫です。のんびりゆっくり体をほぐし、

リズムにのってスタミナアップ&楽しくスモールボールエクササイズ！！

持ち物:動きやすい服装・室内シューズ(運動靴)・飲み物(蓋つき)・タオル

クラス・対象者	曜日	開催時間	定員	回数	受講料	4月	5月	6月	7月
60歳以上 初心者向け	月曜日	9:20～10:20	15	13 回	¥14,300	6.13.20.27	11.18.25	1.8.29	6.13.27

A3【筋トレ&リズム体操】会場:研修室



体も気持ちもスッキリ。リズムに合わせて体を動かして筋力アップを目指しましょう！

持ち物:動きやすい服装・室内シューズ(運動靴)・飲み物(蓋つき)・タオル

クラス・対象者	曜日	開催時間	定員	回数	受講料	4月	5月	6月	7月
50歳以上 初心者向け	月曜日	10:40-11:40	15	13 回	¥14,300	6.13.20.27	11.18.25	1.8.29	6.13.27

A4【かんたんフィットネス&筋トレ】会場:スタジオ



有酸素運動や筋力トレーニングを行い健康や体力の維持・向上を目指します。

持ち物:動きやすい服装・室内シューズ(運動靴)・飲み物(蓋つき)・タオル

クラス・対象者	曜日	開催時間	定員	回数	受講料	4月	5月	6月	7月
50歳以上	月曜日	13:00～14:00	15	15 回	¥16,500	6.13.20.27	11.18.25	1.8.15.22.29	6.13.27

A5【月曜日テニス】会場:第1体育室



テニスを初めて習う方、体力に自信のない方、ストロークが上手く続かない方、

初心者の方におすすめのクラスです。

持ち物:動きやすい服装・室内シューズ・飲み物(蓋つき)・タオル・お持ちの方はラケット(貸出有)

クラス・対象者	曜日	開催時間	定員	回数	受講料	4月	5月	6月	7月
16歳以上	月曜日	19:30～20:50	10	13 回	¥19,500	13.20.27	11.18.25	1.8.15.22.29	6.13

A6【火曜日テニス】会場:第1体育室



初歩的なゲーム練習、ストロークラリー、サーブとボレーの基本練習を行います。

持ち物:動きやすい服装・室内シューズ・飲み物(蓋つき)・タオル・お持ちの方はラケット(貸出有)

クラス・対象者	曜日	開催時間	定員	回数	受講料	4月	5月	6月	7月
16歳以上	火曜日	14:00～15:20	10	14 回	¥21,000	7.14.21.28	12.19.26	2.9.16.23.30	7.28