

単発教室

都度申込で参加可能な教室

- ・右記QRより下記の手順で申込ができます。
- ①WEB内にある右上ボタンより、新規会員登録
- ②予約より、【単発】〇〇ボタンから希望の教室を予約
- ※②は3月1日10:00より4月開催分の予約が可能となります。



カテゴリ	プログラム名	対象	曜日	時間	定員	参加費(税込)	内容
スタジオ	ヨガリラックス	16歳以上	金	11:10-11:55	12名	¥880	座って行うアサナを中心に構成し、柔軟性を高め、安らぎを与えるクラスです。
	ヨガベシク	16歳以上	火・金・土	12:05-12:50	12名	¥880	座位と立位のアサナをバランスよく取り入れ、集中力とリラクゼーション効果を高めるクラスです。
	フロ-ヨガ	16歳以上	水	19:40-20:40	12名	¥990	深い呼吸とアサナを運動させ流れるように行い、筋持久力・バランス力を向上させるクラスです。
	ベビトレヨガ	母子(3ヶ月-3歳)	木 ※偶数週	10:00-10:45	8組	¥990	産後のお母さんの身体のケア・トレーニングと、赤ちゃんの脳を刺激して活性化させるクラスです。
	ベビマッサージ	母子(2ヶ月-3歳)	木 ※奇数週	10:00-10:45	8組	¥990	ベビマッサージ効果で、親子の絆が深まります。赤ちゃんのカラダに直接触れる事でコミュニケーション・発育促進だけでなく、ママ&パパへのリラックス効果など様々なメリットを得られるクラスです。
	子ども姿勢ヨガ	①親子(3歳-未就学児) ②小学生(小1-小6)	日 ※第4週目	①13:10-13:55 ②14:10-14:55	①12組 ②16名	¥990	姿勢と身体の癖に気づき、整える事ができます。運動神経や集中力の向上に繋がります。※登録はお子様の情報をお願いいたします。
	やさしいピラティス	16歳以上	火	11:10-11:55	12名	¥880	呼吸を意識しながら体幹部をコントロールして動くことを知っていただくクラスです。
	ピラティスベシク	16歳以上	木	11:05-11:50	12名	¥880	体幹部のコントロールとしなやかに強靱な身体づくりを目指すクラスです。
	ピラティスフロ-	16歳以上	木	12:00-12:45	12名	¥880	途切れることなく動き続けながらも滑らかに動くことを目指すクラスです。日常生活や競技のパフォーマンスを高めた方にお勧めです。
	カラダリセット	16歳以上	水	9:10-9:55	12名	¥880	ストレッチボールを用いて身体の緊張をほぐし、崩れがちな姿勢を改善するクラスです。
	ボールコンディショニング	16歳以上	月	9:10-9:55	12名	¥880	ストレッチボールを使って骨格の調整と体幹部分のトレーニングを行います。ポッコリおなかの解消、姿勢改善、基礎代謝UPにオススメです。
	カラダスツクリ	16歳以上	火 ※奇数週	10:15-11:00	12名	¥880	アロマを用いてリラックスしながらコリ解消。また、骨盤の調整や体幹部の強化を図り、身体の機能改善を目指します。
	ZUMBA(ズンバ)	16歳以上	①月・②日 ※②奇数週	①10:05-10:50 ②9:20-10:05	15名	¥880	サルサ・メレンゲ・クンビア・レゲトンを中心に様々なステップを楽しむダンスクラスです。全身のシェイプアップに効果的です。
太極拳	16歳以上	火 ※偶数週	10:15-11:00	15名	¥880	深く呼吸をしながらゆっくり柔らかく身体を動かし、身体と脳の機能改善を目指すクラスです。	
グラウンド	個人フットサル	16歳以上	木	19:00-21:00	20名	¥990	集まった方をチーム分けて試合を行います。スタッフがコーディネートしますので、初めての方でも安心してご参加頂けます。
	親子フットサル教室	①幼児(年少-年長) ②小学生(小1-小3)	土 ※第4週目 ※夏期休講	①9:20-10:50 ②11:00-12:30	16組	¥1,540	親子でボールを蹴ったり、競争をしたり、試合をします。フットサルを通して親子の絆を深めましょう。※登録はお子様の情報をお願いいたします。
テニスコート	オプション	16歳以上	火・水・金	10:50-11:20	6名	¥1,100	3つのテーマ(ストローク、ネットプレー、サービス)を日替わりで集中的に行います。
	とことん球出し	16歳以上	土・日	15:00-16:00	8名	¥1,100	50分間球出し練習→10分間サーブ練習の流れで行います。普段できない球出し練習でショットの感覚を作りましょう。
	球出し&ゲームチャレンジ	16歳以上	土・日	15:00-16:00	8名	¥1,100	20分間球出し→40分間ゲームの流れで行います。ショットの感覚を作り、ゲームの中でチャレンジしていきましょう。
アウトドア	パークヨガ	16歳以上	木 ※冬期休講	10:00-11:00	14名	¥990	開放的な公園の緑の中でヨガを行います。座位と立位のアサナをバランスよく取り入れた、リラクゼーション効果の高いクラスです。
	ドッグヨガ	16歳以上	金 ※第3週目 ※冬期休講	10:00-11:00	14名	¥1,540	犬たちと一緒にヨガを行います。犬にヨガのポーズをさせるのではなく、人と一緒にヨガのポーズを行います。犬と一緒に癒しの時間を過ごしてリフレッシュできます。



鶴間公園

2025年度

スポーツ教室参加者大募集

2月5日(水)11:00よりWEB申込スタート!

※※重要※※

2025年度4月よりwebシステムが変更いたします。
既存の会員様も新規登録が必要となります。
ご理解・ご協力の程お願い申し上げます。



▲登録はこちら▲



詳細

- ・施設都合で日程や内容が変更になる場合がございます。
- ・お支払は券売機でチケット購入しフロントへ提出をお願いいたします。
- ※2025年6月1日以降(予定)ご予約される場合、web決済がご利用頂けます。
- ・天候不良の場合、中止となる可能性があります。
- ※中止の場合、開始45分前にホームページにて告知いたします。



ホームページ・Instagramもチェック! TEL :042-850-6630

鶴間公園

指定管理者:TSURUMAI(クライフパートナーズ)
〒194-0004 東京都町田市鶴間2-5-13
営業時間:9:00-21:00

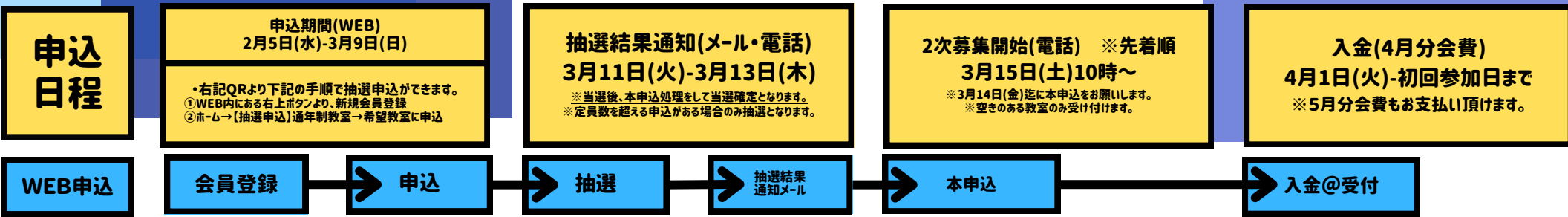
通年制教室

年間を通して開催する月会費制教室

- ・年度単位(2025年4月-2026年3月)での開催となります。
- ※月途中からの入会も可能です。
- ・年間実施カレンダーはホームページ・フロントにてご確認くださいませ。

入会金
登録料
無料

場所	クラス名	対象	定員	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	月会費 (税込)	内容	
				4月7日~	4月1日~	4月2日~	4月3日~	4月4日~	4月5日~	4月6日~			
グラウンド (Cコート)	フットボールスクール	U-6	年中・年長	16名		15:25-16:15	15:25-16:15		15:25-16:15		¥4,840	東京Sレイエスコチが指導を担当。 初心者の方も競技志向の方も自ら成長する力を身に付けられるようサポートします。	
		U-9	小1-小3	20名		16:20-17:30	16:20-17:30		16:20-17:30		¥6,380		
		U-12	小4-小6			17:35-18:45	17:35-18:45		17:35-18:45				
グラウンド (Bコート)	かけっこ教室	かけっこ	年中-小2	15名			15:10-15:55				¥4,840	トップアスリートが監修するかけっこ教室です。 「基礎を学び、速く、走る」を基に、陸上競技の様々な動きを通して基礎運動能力を育みます。	
		スプリント	小2-小5			16:05-16:55							
グラウンド (Aコート)	ラグビーアカデミー (オフロードタッチ)	小学生	小3-小6	14名				17:05-17:55			¥8,800	1セッションの中の75%をゲームに費やし、1人100回以上のプレッシャーを受けながらのプレーチャンスを実現します。 ゲーム形式の反復訓練でしか育つことのない、高速かつ正確な判断力を身に付けラグビーの「巧さ」を獲得できます。	
		中学生	中1-中3					18:05-18:55					
グラウンド (Cコート)	総合スポーツ スクール	U-5	年少・年中	18名				15:30-16:20			¥7,200	「biima sports」がプログラム提供する総合スポーツスクールです。 21世紀型総合スポーツを通して新しい「asobi」×「manabi」を伝え、子どもたちの心身の成長に貢献します。	
		U-9	年長-小3	24名				16:30-17:20					
テニスコート	テニススクール	START	一般 (中学生以上)	10名			11:20-12:50	9:15-10:45			¥8,470	初めてラケットを握る方、久しぶりにテニスをされる方を対象としたクラス。 テニスの道具やコートに慣れながら基本を楽しく習得することを目指します。 楽しくラリーをしたり、ゲームにチャレンジしながら、基本技術・基本フォームを習得することを目指します。 ボールの回転、スピードをコントロールし、様々な応用ショットにチャレンジ。 多様な戦術、フォーメーションを身につけ、試合に勝てるプレーの習得を目指します。 FUN・WINと同じく、基本技術を習得しながら様々な応用にもチャレンジします。	
		FUN				9:15-10:45		11:20-12:50	9:15-10:45				
		WIN				11:20-12:50	9:15-10:45		11:20-12:50				
		ナイタークラス				19:30-20:50	19:30-20:50		19:30-20:50				
		ジュニア①	小1-小4	8名		16:00-17:00	16:00-17:00		16:00-17:00	16:00-17:00	¥6,710	ラケットやボールに慣れながら、テニスに必要な身体能力(リズム、バランス、タイミング)を身に付けます。 また、仲間と協力してテニスを楽しみ、心身の成長をサポートします。 テニスの基本ショット(サーブ、ストローク、ボレー)を覚えます。 また、テニスを通して心身の更なる成長をサポートします。 テニスの基本ショットのレベルアップを目指します。また、試合に勝つための心・技・体を鍛えていきます。	
		ジュニア②	小4-中3	10名		17:10-18:10	17:10-18:10		17:10-18:10	17:10-18:10			
		ジュニア③	小4-中3			18:20-19:20	18:20-19:20		18:15-19:15	18:15-19:15			
中高生	中1-高3						19:20-20:50	19:20-20:50	¥8,470	身体の成長に伴い発達する能力を向上させます。テニスの基本技術、試合に勝つための戦術や応用ショットも学びます。			
多目的スタジオ (クラブハウス2F)	スタジオ教室	バレエ①	年少-年長	12名	15:25-16:10						¥4,840	柔軟性やバランス感覚・集中力・表現力などを養い、キレイな姿勢とキレイな心を育みます。 HIPHOPを習得します。様々な音楽に動作を合わせることで、全身を使っの表現力を身につけます。	
		バレエ②	小1-小4	15名	16:20-17:20								
		ダンス(HIP-HOP)①	年中・年長			15:25-16:10							
		ダンス(HIP-HOP)②	小1-小2	15名		16:20-17:20							
		ダンス(HIP-HOP)③	小3-小6			17:30-18:30							
		空手①	年中・年長	12名				15:25-16:10				¥4,840	武道の心得である礼儀作法を身につけ、元気に身体を動かします。 リズム感や柔軟性、体力向上を図り、仲間と一つになる協調性を育みます。 美しいフラの動きを基本から丁寧に指導します。シニアの方、初心者の方大歓迎です。 笑顔で元気あふれるクラスで、ハワイの風を感じながらリズム感、感受性や表現力を育みます。 様々な動きを経験してコーディネーション能力を磨き、運動の基礎を習得します。
		空手②	小1-小3					16:25-17:25					
		空手③	小3-中1					17:40-18:40					
		チアダンス①	年中・年長	15名					15:20-16:05				
		チアダンス②	小1-小2						16:10-17:10	13:10-14:10			
		チアダンス③	小3-小4						17:15-18:15	14:20-15:20			
		チアダンス④	小5-小6						18:20-19:20	15:30-16:30			
		大人フラ	16歳以上	18名						9:40-10:40			
		キッズフラ	年長-小6							10:50-11:50			
		体操①	2歳-未就園児		8名						10:15-11:00		
体操②	年少・年中	12名							11:10-11:55				
体操③	年長							12:05-12:50					



詳細注意事項

- ※新システムは2025年4月1日より開始となります。
- ・2024年度の会員様も再度お申込みが必要となります。
- ・各教室、1日だけの申込をお願いいたします。複数申込を確認した場合、全ての申込を無効と致します。予めご了承ください。
- (例)チアダンスの金曜・土曜を抽選申込→× フットボールの火曜・水曜・テニスの水曜を抽選申込→○
- ※同じ教室を週2回希望される方は、2次募集開始時に2つ目の申込をお願いいたします。
- ・初回教室日は、上記クラス一覧表の「曜日」下段に記載しております。
- ・4月1日より新年度月会費をご購入頂きます。券売機(現金のみ)でチケット購入しフロントへ提出をお願いいたします。
- ※WEB決済につきましては、2025年6月(7月分会費)より導入を予定しております。

