



2025年12月15日

JR九州熊本支社



「えっ?走る車内がジムになる?!

JR九州熊本支社では“九州の元気を、熊本から”発信するために今回、鉄道車内で楽しむ新感覚フィットネスツアーを企画しました。日常空間で普段は行えないトレーニングを行い、非日常体験をしてみませんか?その名も『筋トレ・イン』。トレーニング(*training*)とトレイン(*train*)が融合した特別な列車に乗車してみんなで寒さを吹っ飛ばしましょう!!

## 1 ツアーの概要について

鹿児島本線(熊本～大牟田)往復の移動時間を活用して、特別貸切列車の車内で熊本保健科学大学の学生の指導によるトレーニングを体験できるユニークなツアーです。

日 程 : 2026年2月7日(土)

区 間 : 鹿児島本線 (熊本～大牟田)を1往復

所要時間 : 約4時間(熊本駅10時35分頃に出発予定)

募集人員 : 最大40名(最少催行人員16名)

ツアー価格 : おひとり様(中学生以上)9,800円

※上記費用にはトレーニング指導料、JR(熊本～大牟田)往復乗車運賃、昼食代含む

※お得な手ぶらプラン(おひとり様13,000円)もございます  
(トレーニングマット及びトレーニングチューブ付)



## 2 ツアーの押しポイントについて

- 車内で、列車の揺れを活かしながら体幹を鍛える筋トレを行います。
- ツアーに参加されるお客さまは当日、トレーニングマットとトレーニングチューブのご持参が必要です。なお手ぶらプランでお申込みいただいたお客さまは、ツアーでご利用いただいたトレーニングマットとトレーニングチューブ(ゼビオさまのご協力により通常価格よりお得に提供)をそのままお持ち帰りいただけます。
- 当ツアーでは、「熊本保健科学大学」様、「プロテイン食堂」様、「スーパースポーツゼビオ熊本本店」様にご協力をいただいております。

🕒 実際の筋トレメニューなどの詳細は、後日、第二弾でお知らせいたします。

### 3 ご予約方法

---

発売は専用サイト(JTB-BÓKUN 予約サイト)にて行っております。詳しくはこちらをご覧ください。🔗

<https://widgets.bokun.io/online-sales/9f45d152-5771-4466-8821-9a964830296c/experience/1124522>

※12月16日(火)9:30～発売開始です。

※「JTB-BÓKUN」は株式会社 JTB が運営する予約管理システムです。

### 4 お問い合わせ先

---

ツアーに関するお問い合わせ先

JR九州トラベルデスク TEL:092-482-1489

営業時間 9:30～16:00 ※土・日祝休業

※2025年7月1日より、営業時間を9:30～12:30、13:30～16:00とさせていただきます。

※このプレスリリースによる旅行のお申し込みは承っておりません。予約サイトにて旅行内容ならびに条件書をご確認の上お申し込みをお願いいたします。

### 5 その他

---

企画、イベント情報などホームページや各種 SNS で発信中です。

ぜひフォローをお願いします。



【[熊本支社公式 Instagram](#)】



【[熊本支社公式 X](#)】



【[熊本支社公式 Facebook](#)】

【JR 九州ホームページ熊本エリア情報】

<https://www.jrkyushu.co.jp/byarea/kumamoto/>

【その他お問い合わせ先 JR 九州熊本支社 営業運輸課 096-326-6968】