

総合体育会館

# ゴールデンウィーク 健康増進イベント

5月5日@こどもの日  
小・中学生  
プール入場  
無料

イベント参加で  
各館先着 \*物販は除く  
ドリンク  
プレゼント!

協賛: コカ・コーラボトラーズ  
ジャパン株式会社

ポイント会員新規募集!



期間中、新規  
会員になると  
施設利用券2枚  
+5ポイントプレゼント!  
会員登録するなら今が得!!

※各種開催イベントへ  
ご参加いただくにはポイントカードのご登録が必要です。



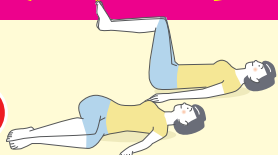
実施期間 **4/27(土)~5/6(月)**

ポイント付与のイベント盛り沢山!!参加してポイントGETしよう!!

\*各館の詳細イベント情報は裏面をご確認ください。\*イベントによって付与ポイントは異なります  
\*5/3金~5/6月のイベントは施設の使用状況によっては開催中止となります。予めご了承ください。開催については各施設にお問合せください。

## メインアリーナ

5/6(月)



事前  
申込  
参加で  
ポイント  
付与

### フェルデンクライス メソッド体験会

骨格や筋肉がどのように連携しているのかを体験し、より自然で質の高い動きを身につけていきます。

【参加費】無料 【定員】20名 【場所】第2体育室  
【時間】10:00~11:00 【対象】16歳以上

## 5/4(土) 簡単サーキット トレーニング

事前  
申込  
参加で  
ポイント  
付与

自重を使った運動と  
有酸素運動の  
組合せになります。

【参加費】無料 【定員】20名  
【場所】第2体育室  
【時間】10:00~11:00  
【対象】16歳以上



## 5/5(日) 親子で簡単 体力チェック

事前  
申込  
参加で  
ポイント  
付与

親子で楽しくできる  
オリジナル体力チェックです

【参加費】無料  
【定員】20組(親子2名1組)  
【場所】第2体育室  
【時間】10:00~11:00  
【対象】小学生以上



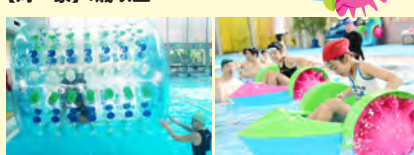
期間中、個人利用/トレーニング室利用  
**3ポイントプレゼント**

## サブアリーナ

4/29(月)・5/4(土)・5/5(日)

### 人気ビッグローラー &パドルボート

【参加費】無料 \*5月5日@はパドルボートのみ  
【時間】①10:00~11:15  
②13:45~15:00  
【対象】4歳以上



### 事前申込 参加でポイント付与 ポイントゲット 玉入れゲーム

2チームに分かれて、  
プール内で玉入れ!  
ポイントゲットしよう!!

【参加費】無料 【定員】50名  
【時間】13:00~13:30  
【対象】4歳以上 \*4歳~小学2年生は保護者同伴  
\*プールイベントには施設利用料が別途かかります。

## 4/29(月) チェアアイチ

イスに座って行う呼吸に  
合わせた  
運動指導を行います

【参加費】無料 【定員】20名  
【場所】3F ミーティングルーム  
【時間】13:00~13:50  
【対象】小学3年生以上



## 事前申込 大人無料体験 ~プール教室~

【定員】参加種目により異なります。(15~30名)  
【対象】16歳以上

4/29(月) **パワーアクアサーキット**  
インストラクター3名による  
スペシャルコラボレッスン  
【時間】11:30~12:15



5/3(金) **BODYTONING** 【時間】11:15~12:00  
**★スイミングレッスン** 【時間】12:10~13:00

5/4(土) **アイチ【呼吸セラピー】** 【時間】11:30~12:00

5/5(日) **ベビースイミング** 【時間】11:30~12:20

5/6(月) **★ハイドロ&ロジック** 【時間】11:15~12:00  
**★アクアエクササイズ** 【時間】12:15~13:00



★付きレッスン後、コーチとヘルシーランチ会!

## 4/29(月)・5/3(金)・5/6(月) 事前申込 アロマハンドセラピー

肘から手のひら、指先までの  
ハンドトリートメントをします

【参加費】参加費/1回500円 【定員】1日3名  
【場所】1F ロビー 【対象】16歳以上  
【時間】①10:00~11:00 ②14:30~15:30



## 5/3(金) ドローン操縦 体験会

話題のドローンを操縦するチャンス!

【参加費】無料 【定員】20名  
【場所】2F 競技場  
【時間】①10:00~12:00 ②13:00~15:00  
【対象】小学生以上

\*当日並んでいたいた順に操縦できます(1回10分間)  
\*お時間前に締め切る場合もあります。



事前申込イベントは4月20日(土)より先着受付順となります。お申込・ご不明な点は各開催館に直接お問合せください。

\*競技場・体育室等をご利用のイベント参加の場合、上履きが必要となります。



横須賀市体育会館指定管理者

スポーツコミュニティ  
よこすか SPORTS COMMUNITY YOKOSUKA  
https://yokosuka-arena.jp/

その他イベント盛りだくさん! 詳細は裏面をご確認ください!

メインアリーナ ☎046-826-2800  
〒238-0051 横須賀市不入斗町1-2 【利用時間/9:00~21:00】

サブアリーナ ☎046-828-5840  
〒238-0051 横須賀市不入斗町1-2  
【利用時間/9:00~21:00、温水プール/9:30~21:00】

