

3/29
(日)

市民感謝デー

横須賀市
在住・在勤・在学の
高校生以上の方
中学生以下のお子様

利用料 **無料!**

- 当日、横須賀市在住・在勤・在学
が分かるものをご持参ください。
- 市外の方は施設利用料が
かかります。

マシン
オリエンテーション
事前予約・無料

【対象】高校生以上
利用方法、マシンの使い方
の説明・体験ができます。

【時間】10時～19時まで
00分開始(30分間)
※16時、17時は開催
がありません。

先着順受付

プール
オリエンテーション
事前予約・無料

【対象】高校生以上
利用方法の説明や、
水中ウォーキングの体験
ができます。

【時間】10時、12時、14時
(30分間)

先着順受付

簡身体力測定
当日受付・無料

【対象】高校生以上
・握力(筋力)
・長座位体前屈(柔軟性)
・閉眼片足立ち(バランス)
現在の身体の状態を知ること
ができます。

測定者にエコバックプレゼント!

【時間】10時～19時

先着順受付

地域作業所のお菓子の
販売もあります! 10:00～15:00