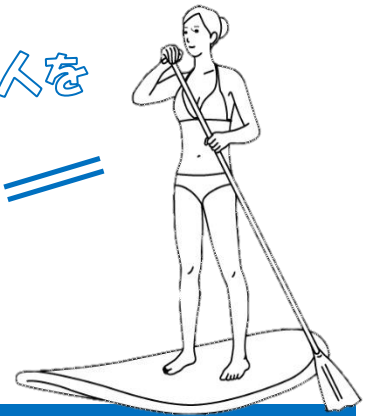


葉山町は
健康の保持増進に努めている人を
応援しています！



20歳以上の町民の皆様へ

健診(検診)継続受診で

いずれかひとつ

運動チケットプレゼント！



「BEACH HAYAMA OUTDOOR
FITNESS CLUB」

BEACH
HAYAMA OUTDOOR FITNESS CLUB

『葉山公園前』バス停近く



1日体験チケット

限定

1枚

30名

公式HP



「FITNESS HAYAMA 24」

**FITNESS
HAYAMA
24**

パーソナル
トレーナー付

『長柄橋』バス停近く



葉山店
1回体験チケット

公式HP



1枚

「Core Body Studio」

CORE BODY STUDIO
YURAGI STRETCH

パーソナルトレーナー付



整体&YURAGIストレッチ
Core Body Studio
-葉山一色鍼灸接骨院2F-

安全! 簡単! 気持ちいい!

『旧役場前』バス停近く

体験チケット

ストレッチマシン2回
加圧マシン2回
体幹マシン2回

公式HP



1枚

申請方法：葉山町役場町民健康課2番窓口で申請してください（下記①～③すべて）

①「申請書」「問診票」（窓口にて記載可）の提出（様式は町HPでもダウンロード可）

②（1）（2）両方の項目を3年^{※1}続けて受診したことのわかる書類の提示

（例：健康手帳、領収書、健診・検診受診票原本など）

※1 3年とは、前年度を含めた3か年を指します

（1）「町の特定健診または長寿健診」or「町の特定・長寿健診の項目を満たす人間ドック」

（2）「町のがん検診3つ」or「人間ドックに含まれるがん検診3つ」

③身分証明書の提示

★申請は年度内1回に限ります。

★同じ年度結果での申請は1度限りとします。

詳細は町HP
をご覧ください



習慣的な運動は、
生活習慣病の予防に有効であることが
分かっています。



体験内容・運動施設の紹介



BEACH HAYAMA OUTDOOR FITNESS CLUB

【体験内容】スタジオ、海、山のお好きなプログラムから1日楽しめる体験(8,800円相当・所要時間 75~90分)

スタジオ(STUDIO):ピラティス、Yoga、TAICHI(太極拳)、BEACH フラなど

海(OCEAN):アウトリガーカヌー(トライアル)、ラン&スイム、ロングボードサーフィン入門、スノーケル入門、シーカヤック入門、スタンドアップパドルリング入門

山(MOUNTAIN):トレイルランニング入門、スロージョギング、CORE RUN、FUN RUN、Bare Foot ラン、トレッキング、ノルディックウォーキング、MTB 入門

【体験申し込み方法】公式ホームページよりお申込みください

申込みはこちら➔



【場所】〒240-0116 神奈川県三浦郡葉山町下山口 1488 (葉山公園前バス停近く)
駐車場なし(近隣の有料駐車場などをご利用ください)

【営業時間】SUMMER(7月・8月) 8:00~18:00(平日) 7:00~18:00(週末・祝日)、WINTER(7・8月以外) 8:00~17:00

FITNESS HAYAMA 24

FITNESS HAYAMA 24

【体験内容】パーソナルトレーナー付き1回体験(3,300円相当・所要時間60分)

24時間営業のスポーツジムが体験できます。最新のマシンを導入し、身体全体をまんべんなく鍛えられる設備をご用意しております。入会後もマシン講習会を無料で定期開催していますので、サポート体制が整っている施設です。上級者の方に人気のフリーウエイトもご用意しております。その他ヨガ、ピラティス、社交ダンスなどのスタジオプログラムも開催しております。

【体験申し込み方法】電話にてご予約ください ☎046-874-8726(10:00~18:00)

【場所】〒240-0113 神奈川県三浦郡葉山町長柄 29-1 2-A(長柄橋バス停近く・長柄交差点眼鏡市場 2階)
駐車場 19台完備 駐輪場・バイク置場完備

【営業時間】24時間営業(体験は10:00~18:00まで)

COREBODY STUDIO

YURAGI STRETCH

Core Body Studio

【体験内容】入会後にしか体験できないマシン3種(ストレッチマシン、加圧マシン、体幹マシン各2回)パーソナルトレーナー付き体験(4,000円相当・所要時間45分)

葉山一色鍼灸接骨院併設のスタジオです。「運動が苦手」「苦しいトレーニングはやりたくないし続かない!」「痩せなきゃいけないけれど激しい動きはできない」という人も歓迎します。トレーニングマシン「YURAGI」はバネの振動を利用してアプローチするので、身体への負荷が少なく、短時間のストレッチでも効果が期待できます。運動不足解消はもちろん、肩こり・腰痛など身体のお悩みの人にも是非お越しください。

【体験申し込み方法】電話にてご予約ください ☎046-875-6595(営業時間内)

【場所】〒240-0111 神奈川県三浦郡葉山町一色 1962 (旧役場前バス停近く・葉山一色鍼灸接骨院 2階)専用駐車場完備

【営業時間】8:30~21:00(平日 最終受付 20:30)、8:30~18:00(土日祝 最終受付 17:30)