

年齢、性別、国籍、障害の有無
に関係なくみんなでスポーツを楽しもう

ウォーキング教室・ランニング教室

ユニバーサルスポーツ開催!

満員必至!
早めのご予約を

11月12日(土)スタート

場所：高津スポーツセンター

2階ランニングコース

又は多摩川河川敷



ウォーキング教室…正しい歩き方を学び、さらに健康な身体をつくりましょう!

ランニング教室……美しい姿勢で走ることによってスピードアップを目指しましょう!



2階の
ランニングコース!

【ウォーキング講師・ランニング講師】

『走ることが楽しい!』と感じて、
将来にわたって陸上競技に親しんで
ほしい。そんな願いをもって活動している
『K a J A C (Kawasaki from Jr.Athletics Club)』
のスタッフです。



多摩川河川敷で!

◀問い合わせ先▶

高津スポーツセンター

〒213-0002

川崎市高津区二子3-15-1 TEL 044-813-6531 / Fax 044-813-6532

ホームページ <http://takaspo.life>

6回全部参加
しなくても
大丈夫です!

ウォーキング教室・ランニング教室

開催日 (全6回)	11/12(土)	11/20(日)	11/27(日)	12/3(土)	12/11(日)	12/17(土)
場所	ランニングコース		多摩川 (雨天中止)	ランニング コース	多摩川 (雨天中止)	ランニング コース
	※集合場所は高津スポーツセンターです。					
時間	9:30~10:30					
対象	4歳以上					
参加費	1人300円(1回分) ※幼児の参加は保護者同伴とし、2人で500円					
定員	各20名					
持ち物	室内履き・タオル・飲み物・運動できる服装					

【お申し込み方法】 電話又は来館による予約制 10/14(金) 10:00~受付開始 ※先着順

高津スポーツセンターからの お願い

- ・マスク着用をお願いします。
- ・教室参加日の体調確認をお願いします。当日の検温で37.5度以上の熱があった場合参加できません。
- ・応募数によっては講師判断のもと、定員を変更する場合があります。
- ・応募者が大幅に定員に満たない場合は閉講とさせていただきます。
- ・教室開催中のけが等については応急処置までとし、けがの状態によっては傷害保険を適用します。
- ・やむを得ない事情により日程を変更する場合があります。
- ・健康状態に不安がある方は、あらかじめ医師の許可を得てからお申し込みください。
- ・教室は受講生以外入室できません。
- ・運動に適した服装での参加をお願いいたします。
- ・各教室の様子を当スポーツセンターニュースやチラシ、ホームページ等に掲載することがありますのでご了承ください。

最寄り駅 二子新地駅（東急田園都市線）
高津駅（東急田園都市線）

徒歩での場合 二子新地駅東口より約8分
高津駅東口より徒歩8分

バスをご利用の場合 南二子バス停より徒歩3分



高津駅からの
道案内はこちら



二子新地駅からの
道案内はこちら

