

キレイな姿勢 美しい歩き方運動教室

日常のキレイな姿勢を目指し、簡単な運動を始めてみませんか。普段運動に慣れていない方でも 参加できる簡単な運動教室です。

【開催日】 6月17日（火）
【開催時間】 10:00～11:00 60分コース
【開催場所】 旧白山中学校 体育館

住所 川崎市麻生区白山1-1

【講師】 遠藤 美絵（麻生スポーツセンターインストラクター）

【対象】 18歳以上（高校生除く）

【定員】 30名 先着順

【参加費】 無料

【申込方法】 当日、現地体育館入口にて9:30受付開始

【持ち物】 ジャージ等の動きやすい服装

動きやすい室内用のシューズ

汗拭き用のタオル 水分補給用の蓋のついている飲み物



【その他】 体育館には更衣室はございませんのでご了承ください。
貴重品は各自で管理してください。
駐車場はありませんので、お車での来館はお控えください。



ご不明点がございましたら、麻生スポーツセンターまでお問い合わせください。

川崎市麻生スポーツセンター 電話044-951-1234 休館日 毎月第4月曜日