

# 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】 4月20日（月）

【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】 500円（税込）

※お釣りの無いようにご用意ください

【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。

ご不明点がありましたら、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