

麻生スポーツセンター「健康ウォーク」先着50名

麻生スポーツセンター主催で実施する「健康ウォーク」開催予定です。普段あまり歩かない方、運動不足の方大歓迎!! 麻生区の景観を楽しみながら楽しく歩きましょう!!

回	月	日	曜日	予備日	コース・距離	集合場所・時間	解散場所・時間	受付
1	4	15	月	4/22 (月)	公園めぐり(約5km) 公園や神社・お寺をめぐるコースです。 7箇所の公園それぞれ趣が違います。	麻生スポーツセンター (山口白山公園) 9:10~30	王禪寺 ふるさと公園 12:00	3/1 9:00~
2	5	14	火	5/21 (火)	緑の公園と麻生川を歩く(約6km) 麻生区北部の緑と自然に恵まれたコースです。 もしかすると鶯の音が聴けるかも。	麻生スポーツセンター (山口白山公園) 9:10~30	隠れ谷公園 12:00	4/1 9:00~
3	6	12	水	6/19 (水)	柿生の里めぐり(約5km) 美山台公園から、おっ越山、あじさいで名高い浄慶寺と柿生の里をめぐるコースです。自然に恵まれたコースです。	麻生スポーツセンター (山口白山公園) 9:10~30	山口白山公園 12:00	5/1 9:00~
4	7	4	木	7/11 (木)	尾根道を抜けて黒川へ(約5km) 古沢の交差点を渡り山合の小路に入ります。麻生区と稲城市の県境の尾根道を歩き見晴らし台小休止。天気が良ければ富士山・丹沢山系が展望できます。	麻生スポーツセンター (山口白山公園) 9:10~30	黒川駅 12:00	6/1 9:00~
5	9	9	月	9/17 (火)	片平の緑地めぐり(約5km) 五月台・片平地区の静かな公園と緑豊かな緑地を散策。木漏れ日の林道、麻生川の桜並木と魅力あふれるコースです。	麻生スポーツセンター (山口白山公園) 9:10~30	山口白山公園 12:00	8/1 9:00~
6	10	8	火	—	とび地岡上まるかじり(約5km) 岡上の貴重な斜面緑地と営農団地の景観は見事です。 おいしい空気と目に優しい緑のコースです。	鶴川駅 (北口) 9:10~30	鶴川駅 12:00	9/1 9:00~
7	11	20	水	11/27 (水)	自然と語り合うコース+健康ロード(約6km) 区制30周年を記念しH24年11月に誕生した麻生区健康ロードと豊かな自然と閑静な秋の山道を散策。	麻生スポーツセンター (山口白山公園) 9:10~30	栗平駅 12:00	10/1 9:00~
8	12	12	木	12/19 (木)	多摩美(約5.5km) 小田急よみうりランド駅北口から、紅葉の多摩自然遊歩道に入ります。旧称フルーツパークを通り小沢城址の森を抜けよみうりランド遊園地までの道程です。	小田急線 よみうりランド前駅(北口) 9:10~30	よみうりランド遊園地 12:00	11/1 9:00~
9	1	20	月	1/27 (月)	神社・仏閣めぐり(約6km) 義経ゆかりの高石神社を皮切りに鎌倉時代の創建と言われる細山神社、五重の塔が聳える香林禅寺、市重要歴史記念物を祀る法雲寺等をめぐります。	麻生スポーツセンター (山口白山公園) 9:10~30	万福寺もりの丘公園 12:00	12/1 9:00~
10	3	24	火	3/31 (火)	柿生の里から早野聖地・王禪寺(約6km) 柿生の里散歩道として親しまれているコースです。 閑静な尾根道と早野の田園風景を楽しみましょう。	柿生駅(南口) (柿生分庁舎) 9:10~30	王禪寺 ふるさと公園 12:00	2/1 9:00~

【申込方法】 お電話またはスポーツセンター窓口で先着順で受け付けます(予約制)。

【対象】 18歳以上の男女、自立歩行ができる方

【参加料】 お一人100円(保険料込み)

【持ち物】 飲み物、タオル、帽子、(雨具)、歩きやすい服装と靴でご参加ください。

【その他】 雨天の場合、予備日に開催。予備日雨天時中止になります。
小雨等、当日の天候が怪しい場合は8:30以降にご連絡ください。
●日程・コース等が変更になる場合がございます。

【お問合せ・お申し込み】
麻生スポーツセンター
TEL 044-951-1234
川崎市麻生区上麻生3-6-1
小田急線新百合ヶ丘駅徒歩7分