12/20(金)から申込開始

VOL.8

季節を感じるウォーキング

～江東PARK散策～

こうとう健康チャレンジ
50ポイント獲得

清澄公園、木場公園、猿江恩賜公園など江東区の代表的な公園を散策しながら約６kmのウォーキングを楽しみましょう！
江戸情緒のある和船体験も行います。
「こうとう健康チャレンジ」アプリのポイント対象事業です（50ポイント獲得可）。
詳しくは「こうとう健康チャレンジ」で検索！
皆様のご参加をお待ちしております。

【講師】

陸上競技インストラクター

池田（いけだ） 剛（つよし） 氏

江東区亀戸生まれ。

子供から大人まで誰もが一緒に参加できる陸上競技教室『アスリート塾』を開講。また、母校でもある第三亀戸中学校で外部指導員として現在も指導中。

2025.1.26(日)

時　間：9:30～12:00頃

参加費：800円(保険料を含む)

定　員：25名(申込順)

WEB申込　ホームページ

公益財団法人江東区健康スポーツ公社

亀戸スポーツセンター

〒136-0071　江東区亀戸8-22-1

TEL 03-5609-9571　FAX 03-5609-9574

https://www.koto-hsc.or.jp/sports_center3/

ウォーキングはどんな年齢層でも取り組みやすい手軽な運動です。効果的なウォーキング方法を学び、景色を楽しみながら日頃の運動不足の解消や健康づくりのきっかけにしてみませんか！

集　合　：清澄白河A3出口　※小雨決行

対　象　：6㎞程度歩く体力のある中学生以上の方

定　員　：25人　　※申込順

参加費：800円（保険料を含む）

コース：（集合）清澄白河駅A3出口➡清澄公園➡木場公園
➡横十間川親水公園（和船乗船体験予定）
➡猿江恩賜公園➡亀戸中央公園➡亀戸SC（解散）

申込方法：WEB申込、お電話、当施設窓口にてお申込みください。

〔WEB（パソコンやスマートフォン等）申込みの場合〕

WEBでのお申込は、「個人利用・教室・イベント予約サイト」を使用します。

個人利用・教室・イベント予約サイト外部サービスのため、会員登録（無料）が必要です。

1. 会員登録後、改めてログインをしていただきます。
2. [イベント（不定期開催）]→[亀戸スポーツセンター]を選択し、画面下部の[予約状況（開催日程）を見る]をクリックします。
3. 画面が切り替わりカレンダーが表示されますので、**1/26（日）**に水色で表示される「季節を感じるウォーキング」をクリックします。
4. 入力フォームが表示されますので、必要事項を入力し、確認画面で内容を確認し申込みを完了してください。

※メールアドレス「info@koto-hsc3.revn.jp」「kyoushitsu-web@koto-hsc.or.jp」が受信できるよう設定をお願い致します。