

子どもの 靴の選び方 &



親子で
学べる！

走り方講座

靴の選び方講座の講師(シューフィッター)と

走り方講座の講師がサポート！

自分に合った靴を選んで走り方を見直しませんか？

こんな悩みはないですか？
 靴の内側が減っている
 ケガが多め
 疲れやすい
それ、間違った靴の選び方、
履き方をしているかも！？

2026年

2月23日(月・祝)

走り方講座講師
アスリート俳優
森 渉



問合せ先
公益財団法人江東区健康スポーツ公社
東砂スポーツセンター
03-5606-3171
136-0074 江東区東砂4-24-1

詳細はこちらの
ホームページ
もしくは裏面にて



子どもの靴の選び方&走り方講座 開催概要

日時

2026年2月23日(月・祝)

東砂スポーツセンター 大体育室等

内容

- ① 13:15～14:15 年長・小学1年生走り方講座
- ①②共通 14:20～15:05 靴の選び方講座
- ② 15:10～16:10 小学2・3年生走り方講座

対象

- ①年長・小学1年生と保護者 25組
 - ②小学2・3年生と保護者 25組
- ※子1人につき保護者1人



参加費

1,500円(1組)

申込

1月14日(水)10:00～2月16日(月)21:00
窓口または電話(03-5606-3171)にて先着順
※窓口申込の場合はその場でお支払い頂きます。

前回の様子



講師



走り方講座
アスリート俳優 森 渉
・スポーツ男子頂上決戦
・SASUKE
・オールスター感謝祭
などに出演



靴の選び方講座
関 亜斗利

・足型測定会 講師
・フットプロンプター代表
・アスリートクラブ所属など