

ウォーキング教室

正しいフォームで
歩いていますか？
楽しみながら
正しいかたちで
歩いてみませんか？

講師

澤田 俊喜

経歴

国士舘大学陸上部（長距離）
奈良学園大学・京都橘高校コーチ
京都スポーツ教室 経営

時間

水曜日 10:30～12:00

開講日

4月12日・19日・26日
5月10日・17日・24日・31日
6月 7日・14日・21日・28日

陸上競技でのプロが
みなさまの歩く姿勢を
見て正しく歩けるように
お伝えさせていただきます！

山科地域体育館トレーニングジムと東野公園外周で行います。
雨天の場合はトレーニングジム内にて実施致します。
受講料は1回1,000円(18歳以上の男女対象)

1回ずつの
参加も可能!!

お一人でも
お友達と
一緒でも

気軽に
ご参加ください!!