

# 令和7年度 ウォーキング講習会

今年は陸上競技場のトラックで行います！！（※雨天時屋内）  
いつものウォーキングからレベルアップしてみませんか？

令和7年

10/15（水） 午前10時～12時  
（受付9時30分～）

参加  
無料

## 【内容】

自身のレベルを知り、正しいウォーキングについて学ぶ  
・陸上競技場のトラックでウォーキング（速歩体験等）を行います

講師：早稲田大学本庄高等学院 教諭 田邊 潤 さん

🌰 会場 川越運動公園 陸上競技場  
（雨天時は総合体育館メインアリーナ）

🍁 対象 18歳以上（運動制限のない方）  
※持病のある方は主治医にご相談ください。

🍃 定員 先着100人

🌰 持ち物 飲み物、タオル、運動靴（雨天時は室内履き）  
帽子着用OK

🍁 服装 動きやすい服装

🍃 申込 9月1日（月）午前9時から

10月10日（金）午後5時まで

電子申請または電話で下記健康づくり支援課  
（電話受付時間：午前9時から午後5時）

問い合わせ 健康づくり支援課 健康づくり支援担当

TEL：049-229-4121

FAX：049-225-1291

コバトンALKOOマイレージ  
マイレージポイント  
**3000**ポイント  
プレゼント！

申込み・詳細は  
こちらから





## 🍇 交通アクセス

### ●公共交通機関（バス）

- ・JR川越線・東武東上線 川越駅東口 7番乗り場
- ・西武新宿線 本川越駅 5番乗り場

川越運動公園行き 川越運動公園下車 すぐ

上尾駅西口行き トワーム小江戸病院下車 徒歩 10分

### ●会場

川越運動公園  
陸上競技場

(雨天時：総合体育館メインアリーナ)

川越市下老袋 388-1

無料駐車場あり



### 【お願い】

講習会当日に、体調がすぐれない方は参加を見合わせていただきますよう、お願いいたします。

※状況によっては、当日参加をお断りすることがありますので、ご承知おきください。

