

# 2019年度「麻生スポーツセンター健康ウォーク予定表」

麻生スポーツセンター主催で実施する「健康ウォーク」予定表です。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!!

定員  
先着50

■要事前予約(TELまたは施設窓口) ■参加料100円 ■共催:あさおウォーキング委員会

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)	<b>公園めぐり(約5km)</b> 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) <b>9:10~30</b>	王禅寺 ふるさと 公園 <b>12:00</b>	<b>3/1</b> 9:00~
2	5	14	火	5/21 (火)	<b>緑の公園と麻生川を歩く(約6km)</b> 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) <b>9:10~30</b>	隠れ谷公園 <b>12:00</b>	<b>4/1</b> 9:00~
3	6	12	水	6/19 (水)	<b>柿生の里めぐり(約5km)</b> 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) <b>9:10~30</b>	山口白山公園 <b>12:00</b>	<b>5/1</b> 9:00~
4	7	4	木	7/11 (木)	<b>尾根道を抜けて黒川へ(約5km)</b> 古沢の交差点を渡り山合の小路に入ります。麻生区と稲城市の景 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) <b>9:10~30</b>	黒川駅 <b>12:00</b>	<b>6/1</b> 9:00~
5	9	9	月	9/17 (火)	<b>片平の緑地めぐり(約5km)</b> 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) <b>9:10~30</b>	山口白山公園 <b>12:00</b>	<b>8/1</b> 9:00~
6	10	8	火	-	<b>とび地岡上まるかじり(約5km)</b> 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) <b>9:10~30</b>	鶴川駅 <b>12:00</b>	<b>9/1</b> 9:00~
7	11	20	水	11/27 (水)	<b>自然と語り合うコース+健康ロード(約6km)</b> 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) <b>9:10~30</b>	栗平駅 <b>12:00</b>	<b>10/1</b> 9:00~
8	12	12	木	12/19 (木)	<b>多摩美(約5.5km)</b> 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) <b>9:10~30</b>	よみうり ランド 遊園地 <b>12:00</b>	<b>11/1</b> 9:00~
9	1	20	月	1/27 (月)	<b>神社・仏閣めぐり(約6km)</b> 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 神明社、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) <b>9:10~30</b>	万福寺もり の丘公園 <b>12:00</b>	<b>12/1</b> 9:00~
10	3	24	火	3/31 (火)	<b>柿生の里から早野聖地・王禅寺(約6km)</b> 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) <b>9:10~30</b>	王禅寺 ふるさと公園 <b>12:00</b>	<b>2/1</b> 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)。

【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、原則的に中止となります。  
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