

## 【Eボート体験】

- 参加費 大人500円(中学生以上) 小学生300円(いずれも保険料込み)
- 参加条件 小学生以上
- 服装 濡れてもよい服装と靴(かかとがないサンダル不可)(更衣室有)
- 各回開始10分前までに受付を済ませて乗船場所にお集まりください。
  - ①10時20分～10時50分 ②10時50分～11時20分
  - ③11時20分～11時50分 ④11時50分～12時20分
  - ⑤13時00分～13時30分 ⑥13時30分～14時00分
  - ⑦14時00分～14時30分 ⑧14時30分～15時00分

## Eボートをご存知ですか？



Ecology  
Easy  
Education  
Entertainment

災害時、人力駆動で環境に優しいEボート  
組み立て簡単、誰でも楽しく乗れるEボート  
万々に備えEボートの有用性を多摩川で体感！

## 【健康ストレッチ&ヨガ】

- 参加費 無料
- 講師 かわさきリフレッシュ健康プロジェクト(丹羽千種・吉川由維)
- 服装 動きやすい服装(更衣室有) ○ヨガマット無料貸出有
- 体験内容  
健康ストレッチ・・・無理なく誰にでもできる簡単なストレッチで体と心をスッキリ！  
ヨガ・・・自然と繋がりながら呼吸を深めて心と体をリラックス！
- 各回10分前までに受付を済ませてください。



ハンモックにのって  
記念撮影をしよう！



- ①10時20分～10時50分：健康ストレッチ
- ②10時50分～11時20分：ヨガ
- ③11時20分～11時50分：健康ストレッチ
- ④11時50分～12時20分：ヨガ
- ⑤13時00分～13時30分：健康ストレッチ
- ⑥13時30分～14時00分：ヨガ
- ⑦14時00分～14時30分：健康ストレッチ
- ⑧14時30分～15時00分：ヨガ

## 【お茶体験】

- 参加費 300円(お抹茶・お菓子をお楽しみください。)
- 協力 相川富貴子先生(表千家)
- 体験時間 15分程度(10時15分～14時45分の間で15分ごとに開催)



## 【50Mをもっと速く走る！走り方教室】要事前申込！

- 参加費 無料
  - 開催時間 10時15分～12時00分(9時30分受付開始)
  - 応募条件 市内在住又は在学の小学生・中学生・高校生
  - 応募人数 120名
  - 講師 メイン講師：日本体育大学陸上競技部総監督 大村邦英(ケンブリッジ飛鳥選手を育成)  
アシスタント講師：日本体育大学陸上競技部短距離女子8名(オリンピック候補生を含む)
  - 服装 走りやすい服装・靴(スパイクは使用できません)
  - 応募方法 川崎市HPよりご応募ください。(URL：[https://sc.city.kawasaki.jp/multiform/multiform.php?form\\_id=3097](https://sc.city.kawasaki.jp/multiform/multiform.php?form_id=3097))
  - 募集締切 平成30年10月3日(水)(必着)
  - プレゼント ①参加者全員にミズノ製ハンドタオル  
②参加者の中から抽選で、リオオリンピック銀メダリストのケンブリッジ飛鳥選手の直筆サイン
- ※応募者多数の場合は抽選になります。当選・落選結果は10月5日(金)までに連絡します。



日本インカレ4冠達成した  
大村監督&日体生 広沢さん



応募フォーム

## お問い合わせ先

川崎市建設緑政局緑政部多摩川施策推進課

電話 044-200-2268 FAX 044-200-3979 メール 53tamasu@city.kawasaki.jp