



2022. 4月吉日

2022年度公園ラジオ体操会員募集

天嶽院下自治会の皆さんお元気にお過ごしのこととお喜び申し上げます。
公園ラジオ体操会は、「ラジオ体操の全身運動による手軽な健康増進の考え」から
御幣下公園に於いて現在18名参加で行っています。(現在コロナウイルスが全国
各地を席卷しておりますが、会の皆さんとご相談して実施中) 本年度も細心の注意
を心がけ、会の運営を進めていきたいと思ひます。みなさんのご参加をお待ちして
います。

2022年度 年間実施予定

4月1日(金)から月末まで	7時00分開始
5月2日(月)から10月末まで	6時30分開始
11月から翌年3月末まで	7時00分開始
【休止期間 12/21(水)~翌年2/末】	

- ① 毎週 月. 水. 金に行う。場所 御幣下公園
- ② 雨天等で中止の場合は、赤の三角旗を立てます。
- ③ この2022年度年間実施予定の「お知らせ」は会場公園に掲示します。

健康ウォーキングについて

2021年よりウォーキングを始めました。今年で2年目を迎えます。
毎週水曜日午前9:30スタート。毎週コースを変え、1時間半程歩きます。
集合場所 御幣下公園 自由参加です。(飲み物持参)

