

ラジオ体操

日頃運動不足と思っている方、何か運動を始めたいと思っている方、誰もがよ〜く知っているラジオ体操を真剣にやってみませんか？簡単で楽な体操と思ったら大違い。実は奥の深い体操。公認指導士の方が分かりやすく指導してくれます。一緒にいい汗かきましょう！！

開催予定

2019年

4月13日
5月11日
6月 8日
7月13日
8月10日
9月14日
10月12日
11月 9日
12月14日

2020年

1月11日
2月 8日
3月 未定

- ＜日 時＞ 第2土曜日 10:00～11:00
(2020年3月のみ未定)
- ＜場 所＞ 辻堂公民館 ホール
- ＜内 容＞ 全国ラジオ体操指導士の指導により行います。
- ＜募集人数＞ 市民一般 20人(先着順)
- ＜費 用＞ 無料
- ＜申し込み＞ 不要です。直接来館してください。
- ＜特記事項＞ ※定員を超えた場合、入場をお断りすることがあります。

☆動きやすい服装と靴でおいで下さい。
☆公民館には駐車場がありませんので、お車での
ご来館はご遠慮ください。

お問い合わせ 辻堂公民館 0466(34)9151

※この事業は、市議会における予算の議決を前提としています。

