

ラジオ体操開放

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。実は奥の深い体操なんです！

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

2026年(令和8年)

4月11日

5月 9日

6月13日

7月11日

8月 8日

9月12日

10月10日

11月14日

12月 5日(第1週)

2027年(令和9年)

1月 9日

2月13日

3月13日

<日 時> 第2土曜日 午前10時～11時

<場 所> 辻堂市民センター
サンキホームホール

<内 容> 全国ラジオ体操連盟公認指導士の指導により行います。

<募集人数> 市民一般 30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。

※定員を超えた場合、入場をお断りすることがあります。

※お車での来館は、ご遠慮ください。

お問い合わせ 辻堂市民センター 0466(34)9151

