

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。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

2024年（令和6年）

4月13日

5月11日

6月 8日

7月13日

9月14日

10月12日

11月 2日（1週目）

12月14日

2025年（令和7年）

1月11日

2月 8日

3月 8日

<日 時> 第2土曜日 午前10時～11時
(8月はお休み、11月は第1土曜日)

<場 所> 辻堂公民館 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 辻堂公民館 0466(34)9151

