

# 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！！

## 2016年

4月 9日

5月14日

6月11日

7月 9日

8月13日

9月10日

10月 8日

11月12日

12月10日

## 2017年

1月14日

2月11日

3月4日（第1土曜日）

## 開催予定

<日 時> 第2土曜日 10:00~11:00  
(2017年3月のみ第1土曜日)

<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 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。

<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。

