

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

2025年（令和7年）

4月12日

5月10日

6月14日

7月12日

9月13日

10月11日

11月 1日（1週目）

12月13日

2026年（令和8年）

1月10日

2月14日

3月14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＞ 辻堂市民センター 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

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。

