

# ラジオ体操をはじめよう！



7/11(土)

いつでも、どこでも、だれでもできる全身運動として  
大人気のラジオ体操。  
楽しみながら、正しい動きを学びましょう。

## <タイムスケジュール>

10:00～ ラジオ体操～開始♪  
ラジオ体操 第1・第2  
みんなの体操  
11:30 終了

参加費無料

要申込み 受付中

<会場>根本交流センター 遊戯室  
<持ち物>室内シューズ・飲み物・タオル  
<講師>深尾由美  
(岐阜県ラジオ体操連盟理事 1級指導員)

