

ラジオ体操で健康づくり

多胡肇さん(NHKラジオ体操指導者)



令和2年2月20日のラジオ体操

ラジオ体操第を直伝

NHKラジオ体操の指導者として活躍する多胡 肇さんを講師に迎え、いつでも気軽に取り組める全身運動ラジオ体操の正しい動作やチェックポイントをわかりやすく指導していただきます。

日時: 5月13日(木)

13時30分~

講師: 多胡 肇氏(NHKラジオ体操・テレビ体操指導者)

会場: 南中野区民活動センター・3F多目的ホール

料金: 無料

定員: 先着50名程度

予約: 不要(当日来場)

持ち物: 運動靴、飲み物、タオル等

コロナウイルス感染対策は
手洗い・消毒・マスクが基本です。
コロナに感染しないようにしましょう。



☆ 会場: 南中野区民活動センター

主催: 南中野区民活動センター運営委員会
: 南部すこやか福祉センター
問合せ: 南中野区民活動センター運営委員会事務局
中野区弥生町5-5-2 ☎ 3382-1635

