

大家地域交流センター ラジオ体操 & 健康ウォーキング

- ①日 時 毎月第1木曜日（祝祭日等の関係で例外日があります）
4月2日・5月7日・6月4日・7月2日・9月3日・10月1日
11月5日・12月3日・1月7日・2月4日 3月4日
- ②内 容 大家地域交流センター駐輪場に
午前9時集合（雨天中止）
午前9時～ ラジオ体操第一
午前9時10分～ センター周辺を参加者で
ウォーキングします（1時間程度）
- ③参加費 無料
- ④持ち物 飲み物、タオル、帽子等



予約は必要ありません。
参加希望者は当日大家地域交流センター
駐輪場へ集合!!

のんびりペースなので安心
してご参加ください。
お待ちしております!

