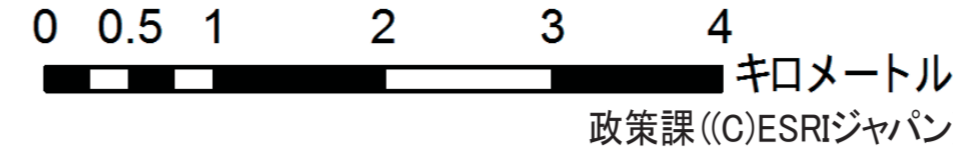


ラジオ体操
実施会場マップ

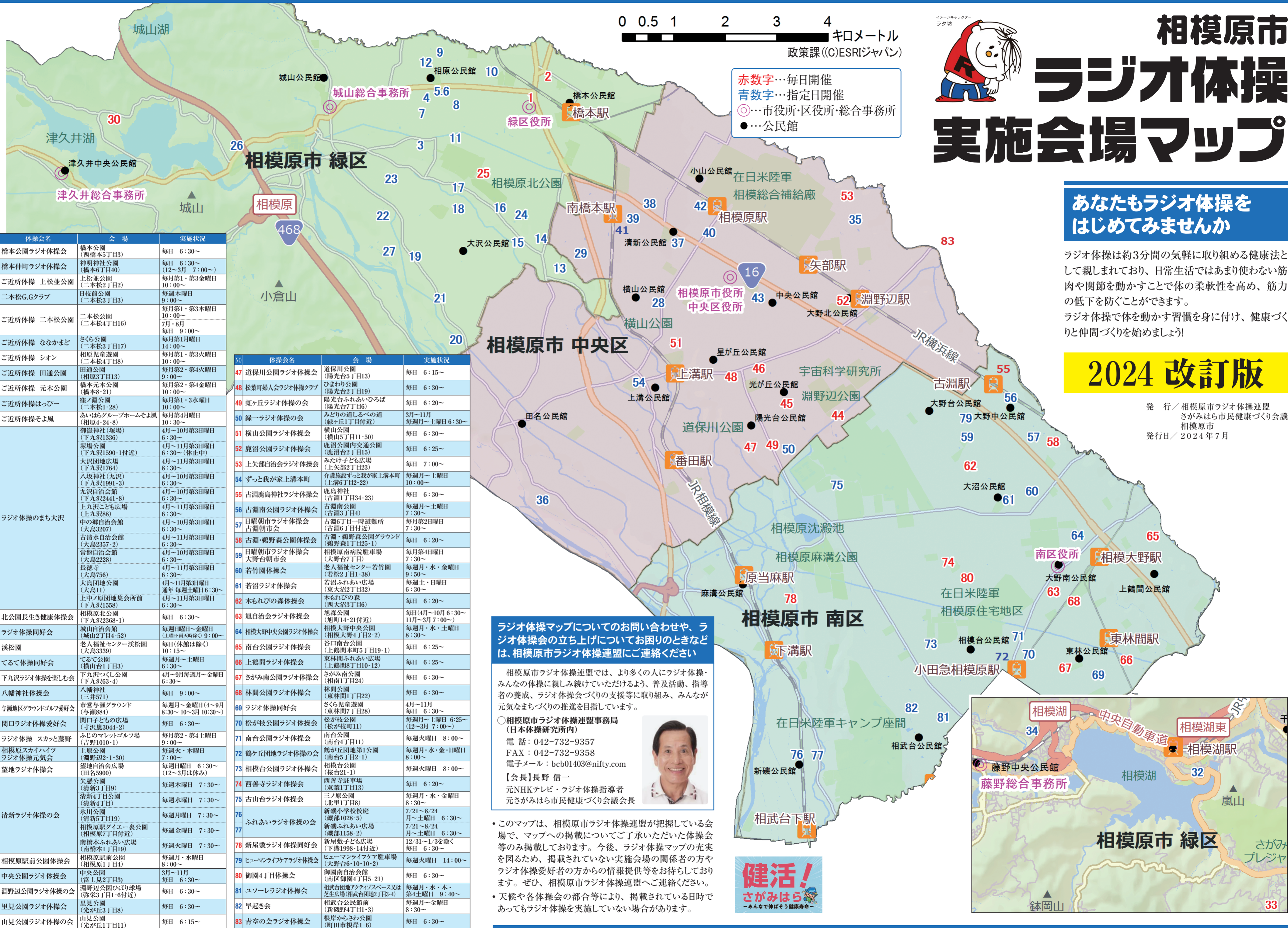


イオン・エフ・エフ
ラタ坊



キロメートル
政策課((C)ESRIジャパン)

赤数字…毎日開催
青数字…指定日開催
◎…市役所・区役所・総合事務所
●…公民館



あなたもラジオ体操を
はじめてみませんか

ラジオ体操は約3分間の気軽に取り組める健康法として親しまれており、日常生活ではあまり使わない筋肉や関節を動かすことで体の柔軟性を高め、筋力の低下を防ぐことができます。ラジオ体操で体を動かす習慣を身に付け、健康づくりと仲間づくりを始めましょう!

2024 改訂版

発行/相模原市ラジオ体操連盟
さがみはら市民健康づくり会議
相模原市
発行日/2024年7月

Table with 3 columns: No, 体操名 (Exercise Name), 会場 (Venue), 実施状況 (Implementation Status). Lists various radio exercise sessions across the city.

Table with 3 columns: No, 体操名 (Exercise Name), 会場 (Venue), 実施状況 (Implementation Status). Continuation of the radio exercise sessions list.

ラジオ体操マップについてのお問い合わせや、ラジオ体操会の立ち上げについてお困りのときなどは、相模原市ラジオ体操連盟にご連絡ください

相模原市ラジオ体操連盟では、より多くの人にラジオ体操・みんなの体操に親しみ続けていただけるよう、普及活動、指導者の養成、ラジオ体操会づくりの支援等に取り組み、みんなが元気なまちづくりの推進を目指しています。

○相模原市ラジオ体操連盟事務局 (日本体操研究所内)
電話: 042-732-9357
FAX: 042-732-9358
電子メール: bcb01403@nifty.com
【会長】長野 信一
元NHKテレビ・ラジオ体操指導者
元さがみはら市民健康づくり会議会長



- このマップは、相模原市ラジオ体操連盟が把握している会場で、マップへの掲載についてご了承いただいた体操会等の掲載しております。今後、ラジオ体操マップの充実を図るため、掲載されていない実施会場の関係者の方やラジオ体操愛好者の方からの情報提供等をお待ちしております。ぜひ、相模原市ラジオ体操連盟へご連絡ください。
- 天候や各体操会の都合等により、掲載されている日時であってもラジオ体操を実施していない場合があります。

