

投稿者大募集!!



みんなのひろば

「ラグラン駅前ラジオ体操会」へ参加しませんか?

●毎週日曜日は三河田原駅前でラジオ体操!

「ラグラン駅前ラジオ体操会」は、健康づくりや家を一歩出るきっかけづくりを通して、まちの賑わいづくりにもつなげようと地域の有志が集まって実施しています。

ラジオ体操をするだけでなく、田原市健康づくりリーダーの皆さんによる脳トレ体操や懐かしい歌謡曲、盆踊りなどをアレンジした体操なども行っています。また、アイレクススポーツクラブのトレーナーの指導による、筋力トレーニングなども楽しんでいきます。

朝から体を動かすことは、健康の基礎になります。さわやかな朝をラジオ体操とともに迎えて、一日を元気に過ごしませんか。三河田原駅前でお待ちしています!

【開催場所】 三河田原駅前 ラグランの芝生広場

【開催日時】 毎週日曜日 午前8時30分から ※少雨中止

【参加方法】 事前申込や会員登録などは不要です。その日の体調や気分、好きな服装で自由にご参加ください。会場では、参加者が思い思いに運動していますので、自由に体操へ加わっていただければ大丈夫です。

月に1度、その月のスケジュールを公式LINEアカウントから発信していますので、ぜひ、日々の健康づくりにお役立てください。



◀公式LINEの友だち追加はこちら

参加費は無料です



▲三河田原駅前ラグランの芝生広場で開催



▲毎回20~30人の方が参加しています



▲岩本代表の司会で進行します

投稿者

ラグラン駅前ラジオ体操会
あつまるタウン田原 ☎24-2345



投稿者大募集!

掲載内容 長年続けているボランティア・市内のお気に入りの風景など(300文字程度の紹介文) ※営利活動は不可

応募方法 掲載内容と住所・氏名・電話番号を記入の上、Eメールまたは郵送にて。応募多数の場合は、抽選で掲載。

応募先 広報秘書課☎22-0138 郵送→〒441-3492(住所不要) Eメール→☒koho@city.tahara.aichi.jp