

なつやすみ企画：

御陵区民ラジオ体操 ♪



令和8年

7月18日(土)

AM7:00~8:00

夏休みの朝に家族みんなで体を動かしませんか？
ラジオ体操1級指導士の高間利彦氏をお招きし、
効果的な体の動かし方など教えていただきます！
みんなでいきいき！健康的な体づくりを目指しましょう♪

場 所

御陵小学校グラウンド

※雨天時は御陵小体育館

持ち物

飲み物

汗拭きタオル

参加賞もあるよ♪

予約不要！
当日、御陵小学校グラウンドへ集合！
ぜひご参加ください😊



主催：御陵振興連絡協議会／共催：御陵公民館