

いつでも どこでも だれでも

史跡のまちのラジオ体操

(公財) 太宰府市文化スポーツ振興財団



NPO 法人全国ラジオ体操連盟 **ラタ坊** イメージキャラクター

# 正しいラジオ体操

## 無料巡回 開催中!

体操講師が、楽しく、詳しく、

ラジオ体操の“コツ”を **無料** で指導します!

指導メニュー/ラジオ体操第1、ラジオ体操第2、みんなの体操

★ご希望のメニューで指導します★

あら 不思議!? なぜか身体が覚えている “ラジオ体操”

なんとなくできる と、正しくできる とでは大違い!! たった 3分ちよつと、**されど** 3分ちよつと

ラジオ体操の “コツ” を覚えて “コツコツ” 短い時間で、全身運動を続けてみましょう!

■対象：太宰府市内で活動している（活動予定含む）の各種団体・サークル等。

\*個人でお申込の場合は、5名以上でお申込ください。

■開催期間：平成30年4月～平成31年3月 ※希望の日時、場所で開催(原則)

■1回の時間：30分～90分以内 ※要相談（内容により時間の調整可能）

<例> ラジオ体操の放送時間に合わせて → 6:30～の時間帯でもOK!

自治会のレクリエーションで → 希望の時間内でOK!

子ども会のラジオ体操会で → 早朝でもOK! (リーダーの事前指導でもOK!)

スポーツ大会等の開会式で → OK! (前方で、一緒にラジオ体操をします)

■元気づくりポイント 対象

↓↓ お問い合わせ先 ↓↓

(公財) 太宰府市文化スポーツ振興財団 事業係 [TEL:080-1705-6793,920-7070](tel:080-1705-6793,920-7070)

共催/太宰府市・太宰府市教育委員会

後援/ (一社) 太宰府市体育協会