

# 体操会

# のご案内



## 丹沢あおぞら体操会

※荒天時は中止

初めての方も大歓迎！  
申し込みは不要です♪



- 会場 総合体育館 1階第1武道場
- 日程 毎月第4木曜 9:30~10:00

令和8年							令和9年				
4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
23	28	25	23	27	17	22	26	24	28	25	25

※赤字は変則日程です。ご注意ください。

### 体操会について

- ▼ 6種類の体操を行っています。  
(ラジオ体操第1▶首の体操▶ラジオ体操第2▶はだのさわやか体操▶ころばんよ体操▶みんなの体操)
- ▼ さわやかマスター（体操普及ボランティア）が見本を示しますので、初めての方も安心です。どうぞお気軽にお越しください。
- ▼ 動きやすい服装で、室内履き、飲み物をお持ちください。

### 参加時のお願い

- ▼ 体調を確認してからご参加ください。
- ▼ 発熱等の症状がある場合は参加をお控えください。
- ▼ マスクの着用は任意です。

