

出雲地区

ラジオ体操・ウォーキングのお知らせ

出雲地域づくり協議会
健康福祉部会

出雲地区民の健康と体力増進のため、また、地域内相互の親睦を深めるため、下記のとおり出雲地区ラジオ体操・ウォーキングを開催します。

ご自宅付近を歩いていらっしゃる皆さん、「これから歩いてみようかな」とお考えの方の参加をお待ちしております。


また、健康づくりのためにウォーキングの前にラジオ体操も行ないます。ラジオ体操のみの参加もOKです。

記

- 1 日 時 下記のとおり（毎月最後の日曜日）
- 2 場 所 集合：山口市徳地山村開発センター前
- 3 参 加 者 どなたでも参加できます
- 4 参加申込 必要ありません
- 5 参 加 費 無料
- 6 服 装 運動のできる服装（ジャージ等）
- 7 持 参 品 飲料水、タオル



出雲地区ラジオ体操・ウォーキングスケジュール

平成25年	4月28日(日)	9時～	集合場所 山口市徳地山村開発センター前 
	5月26日(日)		
	6月30日(日)		
	7月28日(日)	8時～	
	8月25日(日)		
	9月29日(日)		
	10月27日(日)	9時～	
	11月24日(日)		
	12月22日(日)		
平成26年	1月26日(日)		
	2月23日(日)		
	3月30日(日)		

※ 天候不順の場合、徳地山村開発センターで簡単な運動を行ないます。