

青葉の森ラジオ体操会



活動内容：ラジオ体操第1・第2

活動場所：青葉の森公園 中央広場

活動日・時間：毎日 午前6時30分～6時40分

参加人数：約60名

参加は自由です

時間になると、あちこちから集まりだしてラジオに合わせて体操をしています。「太ってきてしまったので、健康のために9月から青葉の森の中を2周歩いてからラジオ体操に参加しています」という方もいらっしゃいました。ジョギングコースも、たっぷり2.0Km、まったり1.65Km、のんびり1.28Kmの3コースがあります。みなさんも、ラジオ体操、ウォーキング、ジョギングを健康のために楽しんでみませんか？



紅葉もきれいでした(^^)／

