

## 「真岡市ラジオ体操キャラバンの様子」

- 1.日 時 平成 30（2018）年 11 月 15 日（木） 10:00～11:00
- 2.場 所 真岡市総合体育館（真岡市田町 1251-1）
- 3.参加者 140 名（真岡市民）
- 4.講 師 田邊 恭子氏（1 級ラジオ体操指導士）
- 5.内 容 ラジオ体操第一、ラジオ体操第二の実施  
（ラジオ体操の各項目の動きの目的、伸ばすべき箇所やコツを解説）

