



我孫子市教育委員会・中央学院大学共催特別講座

「間違いだらけのラジオ体操 貴方は正しく出来ますか？」

誰もが知っているラジオ体操は、正しく行えば有酸素運動、筋力アップ、ストレッチ、バランス運動など、総合的な運動ができます。我孫子市に在住の元NHKテレビ・ラジオ体操指導者 西川佳克氏を講師に招いて、ラジオ体操の一つひとつの動きを解説していただきながら正しいラジオ体操の方法を学ぶ講座です。

西川佳克氏は、全国250会場、40万人を超える巡回ラジオ体操の生放送やテレビ・ラジオ番組でのエピソードなどユニークな話と指導で魅了。90年の歴史を誇るラジオ体操を正しく学ぶ絶好の機会です！

講座名：特別講座「間違いだらけのラジオ体操 貴方は正しく出来ますか？」

日時：平成30年10月27日（土）午後1時30分～3時30分

場所：中央学院大学体育館

講師：西川佳克氏（元NHKテレビ・ラジオ体操指導者）

定員：300人（応募者多数の場合は抽選）

費用：無料

申込方法：10月1日（月）必着ではがき・ファックス・ちば電子申請サービスで申込み

【問い合わせ】

我孫子市教育委員会 生涯学習課部
生涯学習課 担当 望月・鳴島

☎ 04-7182-0511