



# あおぞら体操

# みんなで♪ラジオ体操編

9月

13日(月) 14日(火) 15日(水)

17日(金) 20日(月) 21日(火)

22日(水) 24日(金) 27日(月)

28日(火) 29日(水)

緊急事態宣言中は

月・火・水・金曜日の実施です。

木曜日はありません。

場所 ラクセーヌ パーゴラ広場

時間 A 9時00分～

B 9時30分～

C 10時00分～



気温31～35度 厳重警戒

気温35度以上 運動中止になります

日本体育協会熱中症予防の為の運動指針より

雨天・悪天候の場合は中止です。開催の場合はのぼり旗が上がります。

体調に合わせて自己責任でご参加下さい。水分をお持ち下さい。暑さ対策も忘れずに！