

NHKテレビ体操
アシスタント
森山 雅斗と

心と体を元気に

ラジオ体操

をしよう!



対象者

東御市内在住、在勤、在学する5人以上で構成された団体やグループなど

講座内容

ラジオ体操第一・ラジオ体操第二・みんなの体操の内、いずれかを選択いただき実施します（それぞれ動きの解説あり）

開催日時

火～土曜日※時間帯は相談（30分以内）
★開催希望日をお知らせください。
★日時によってはお受けできない場合がございます。

開催場所

区公民館、公園等
★場所の手配や準備は、各団体やグループでお願いします。

お申込み

代表の方が、開催希望の2週間前までに、Webフォーム、メール、FAXのいずれかの方法でお申込みください。

その他

- ・政治、宗教、営利を目的とした催し等は、お断りする場合があります。
- ・説明に関する質疑や意見交換はできますが、苦情・陳情・要望・命令等は受けられませんのでご理解をお願いします。
- ・安全に配慮しますが、保険加入などは申請団体にて加入をお願いします。

講師料

各団体

初回無料

2回目以降はSany TOMI講師派遣規程に基づく

NHKテレビ体操アシスタント

森山 雅斗 もりやま まさと

Sany TOMIスタッフ & 東御市地域おこし協力隊
日本体育大学体操部出身で現役NHKテレビ体操アシスタント

地域の皆さんの”心と体の健康”の一助となればと考え、ラジオ体操の出張指導をスタート!



Sany TOMI

COMMUNITY CLUB・SPORTS & CULTURE・

一般社団法人 Sany TOMI

〒389-0404 長野県東御市大日向 319



Instagram



Facebook

☎ 0268-55-3330

✉ info@sanytomi.com

🌐 <https://sanytomi.com/>

[sanytomi](https://sanytomi.com/)



ラジオ体操をしよう！

心と体を元気に！

◆◇◆◇◆ お申込み ◆◇◆◇◆

Web申込又はFAXでお申込みください。

【Web申込】

QRコードをスマートフォンで読み込み、必要事項を入力の上、お申込みください。



又は

【FAX申込】

下記の申込書に必要事項をご記入の上、FAXしてください。

申込を確認後、担当よりご連絡をさせていただきます。

FAX 0268-55-3330

団体名			責任者	
希望日時	年	月	日	曜日
	午前・午後	時	分～	時 分
場所	名称			
	住所			
内容	ラジオ体操第一 ・ ラジオ体操第二 ・ みんなの体操			
担当者	氏名		電話番号	
	メール		FAX番号	
対象者			参加人数	
その他				