

# アクティブ応援館かめsun体操・筋トレ教室



2025年1月20日 サンカルナ小倉大手町

アクティブ応援館かめsun恒例の体操・筋トレ教室を開催しました。

脳トレも兼ねた体操や、定番の棒体操も行われ「なかなか自分だけではこんな体操しないものね。」と取り組まれていました！