

アクティブ応援館かめsun健康エアロビクス体操教室



2024年8月5日 サンカルナ小倉大手町

アクティブ応援館かめsun恒例の健康エアロビクスを開催しました。
音楽に合わせて、エアロビクスを取り入れられ楽しく取り組める内容の
体操となっております！

講師：健康運動指導士・管理栄養士 宗まりこ先生