

# 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9月9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た体操で、皆様楽しそうな  
ご様子でした♪

講師：健康運動指導士・管理栄養士 宗まりこ先生