

アクティブ応援館かめsun体操・筋トレ教室



2025年8月18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。

定番の棒体操や脳トレを取り入れた筋トレもおこなわれ、皆様ののしみながら取り組まれていらっしゃいました！