

アクティブ応援館かめsun健康エアロビクス教室



2025年10月6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教室を開催しました。
宗まりこ先生によるサンバのリズムに合わせたリズムミカルな振付けを、
皆様楽しみながら参加され、楽しいレッスンでした♪

講師：健康運動指導士・管理栄養士 宗まりこ先生