

アクティブ応援館かめsun体操・筋トレ教室



2026年6月22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。

今回初めてダンベルを取り入れた体操が行われました♪

かけ声を出しながら笑顔で新しい体操を楽しんでいらっしゃいました😊