

アクティブ応援館かめsun健康エアロビクス教室



2026年10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教室を開催しました。
宗まりこ先生による振り付けに、今日はパートごとに順番に別々の振り付けをおこなう
場面がありました。皆様各自のパートをきちんとこなされ、今回も楽しくとりくめました♪

講師：健康運動指導士・管理栄養士 宗まりこ先生