アクティブ応援館かめsun体操・筋トレ教室





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。

初参加の入居者様もいらっしゃり、和気あいあいとした雰囲気で

棒やダンベルを使いながら楽しく体を動かしました☺