

アクティブ応援館かめsun健康エアロビクス教室



2026年1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少し難しい振付けを、皆様楽しみながら難なくこなされ、笑い声の聞こえる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