

アクティブ応援館かめsun体操・筋トレ教室



2026年10月19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。
棒を手にのせてバランスを取ったり、棒を足元に置いて横歩きしたり、
新しい体操にもチャレンジしながら楽しく体を動かしました😊