

健康体操にこにこクラブ



第2・4水曜日、第3土曜日 10時～11時
古賀区公民館にて活動中です！



椅子を使った筋トシや
ストレッチなどいろいろな
運動をしています

みんなで取り組めば元気倍増★
毎年バス研修も行っています月

