



しにあ通信 特別号

『きらら健康教室』…5週目。

今週は月・火曜日の2回で終了。

一か月間限定の手探りで始めた健康教室も
延べ人数 196 名という予想以上の参加者数で

無事終わることが出来ました。



たのしいい〜♪



いい顔(^^)↓

6月29日(月)

6月30日(火)



足のマッサージ



ボールで腰筋アップ↑



ひゃっほ〜♪

誰でもかんたん★ボール体操



ボールチャでの的狙い!



ギュ〜〜〜〜ッ!!!

つぶしま〜す

こしかけ体操・脳トレ



たくさんの笑顔ありがとうございました

