

大人気YouTuber出演！！

JOYSOUND♪オムライズ

てつまる先生



11月18日(月)

音楽に合わせて♪
全身ぽかぽか体操

懐かしい音楽に合わせて
たのしく身体を動かしましょう！

フラミンゴ先生



11月28日(木)

11月も終わり！
身体を動かして寒さに
打ち勝とう！

寒さに負けないように
楽しんで笑顔で参加しましょう！

その他日程のプログラムはこちら！

11月8日(金) マジックで運動しましょう！プログラム

11月13日(水) 「いいひざの日」今日はひざが笑うかも！？

JOYSOUND

@202409 XING INC.