

すまいる エクスサイズ

ゆうやと

毎月4回
10時30分～11時

ご参加お待ちしております!



ゆうや

高齢者事業統括 介護福祉士 インストラクター
岡山を中心に高齢者向けエクササイズを行っています。
現在、オンラインで全国の高齢者施設に
運動と笑顔をお届け中♪



その他ご不明な点があればご連絡下さい。



martialartsclub@outlook.jp



マーシャルアーツクラブ株式会社

岡山市北区今7丁目24-32

TEL: 086-246-1812 (担当: 藤原)

サンプル動画ご覧いただけます



サンプル動画(3月プログラム)



レッスン風景