

令和7年度富久山楽ゆう塾



7月16日(水)第2回講座「エアロビクス」

講師 西山 由紀先生

暑い中皆さんに集まっていたいただきありがとうございます。

今回は、イスを使って全身運動をしたり、笑いあり、自己紹介あり、ゲームをしながら運動したりと、西山先生の楽しいご指導のおかげで、あっという間の2時間でした。



次回は、
第3回講座
8月20日(水)
「館外学習」です

