１１月土曜日
内容と担当

オリジナルヨガ４５（吉田）

14:15～15:00

７日.２１日.２８日

フットリラクヨガ４５（福井）

14:15～15:00

１４日

運動動画 配信中！

You Tube QRコード
岡山南部健康づくりセンター

LINE QRコード
岡山県健康づくり財団

チャンネル・友達登録お願いします！