

今日のしらはた②

4月11～13日 リズミックトレーニング♪

気持ちのよい日差しの中、GODAIの方による、リズミックトレーニングが行われました。講師の方の掛け声に合わせてながら、リズムに合わせて楽しく体を動かすことができました。

今よりもっと体力が向上できるように、1年間続けていけたらいいですね。



5・6・せーの!

