

デューク更家ウォーキングレッスン



平成30年6月30日(土)

13:00~15:00
(受付時間 12:15~)

場所：総合体育館メインアリーナ



デューク更家氏
による直接指導！



トルソーウォーキング



一体感が生まれた
みんなでウォーキング！



ピンしゃん
元気体操

座右の銘

じょうじゅうほが
常住歩臥



デューク更家氏の軽快なトークに
会場は笑いの渦に包まれました。

それでいて、わかりやすい指導で
みなさん楽しみながら体験していました！



直筆サイン入りの
プレゼント＆ハグ