

石見講師の



おうちで
体を



うごかさう～！



From

シンコースポーツ寒川アリーナ



Instagramに

石見講師による室内でできる
かんたんなエクササイズ動画を
全5編投稿しました！

右のQRコードからご覧ください！
ご活用いただけると幸いです。

