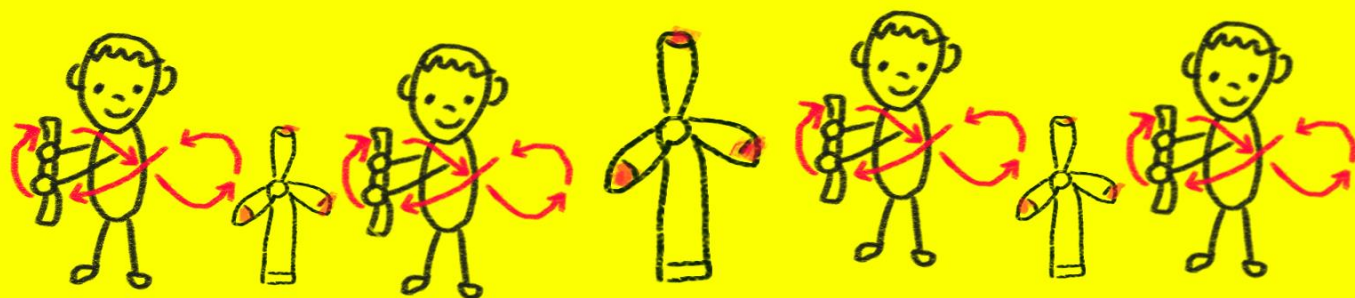




いいね！北栄町体操！

筋力アップ！バランス強化！



柔軟性を高める！脂肪燃焼！気分転換！

こころもからだもリフレッシュ！

働き世代の健康づくり



YouTube 3分33秒

この体操は随時、効果を検証し改良していきます！！

