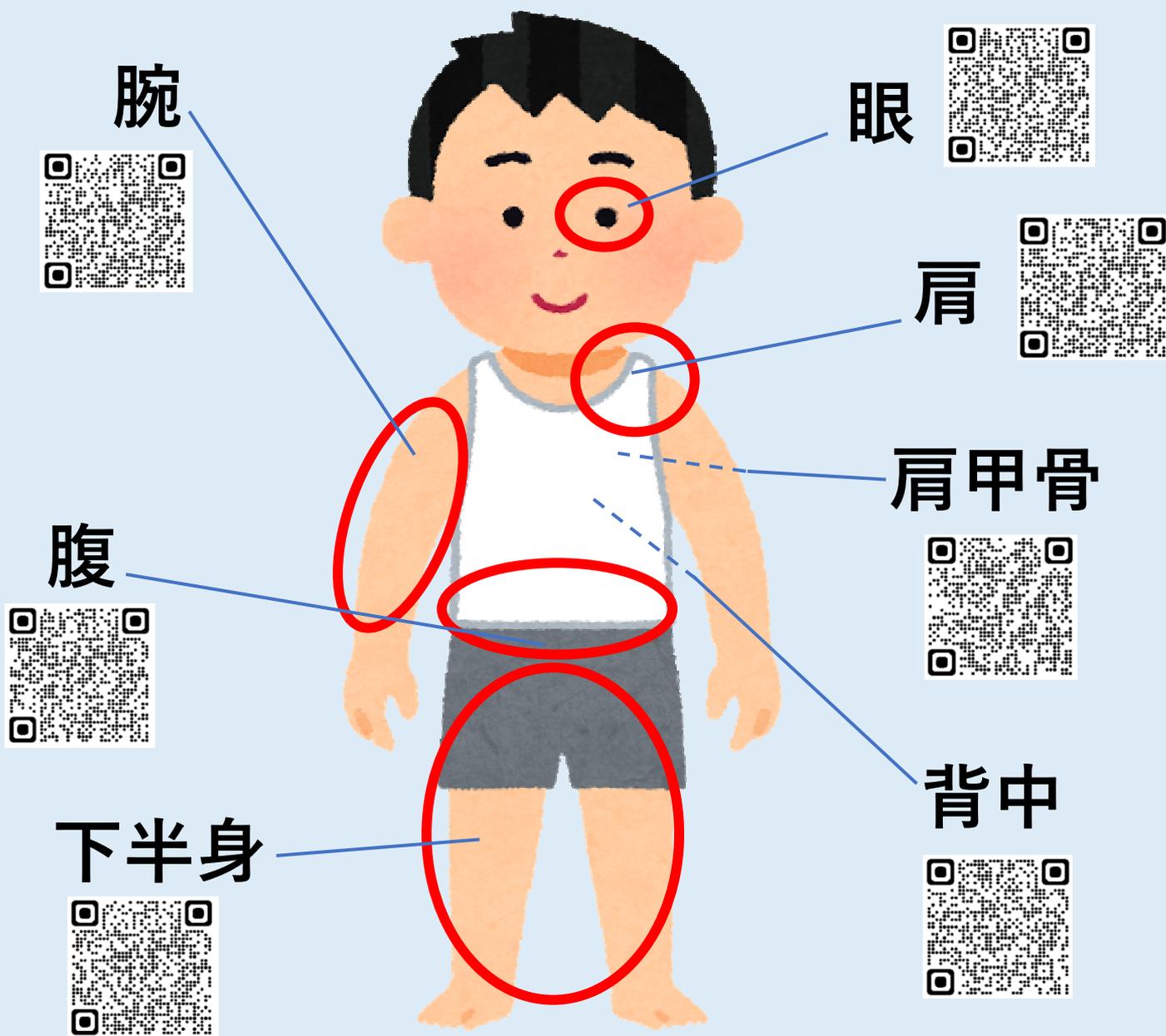


自宅で！簡単！ エクササイズ！

気になる身体（部位）のエクササイズ動画の
QRコードをスキャンして自宅でチャレンジ！



そ
の
他

全身



有酸素運動
筋トレ

