

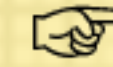
応用

おうちで有酸素運動 

スロージョギング®

※スロージョギングは(一社)日本スロージョギング協会の登録商標です

動画は
こちら



ターンが加わると
エネルギー
消費効率アップ!

目標10-20分

あなたの目標

分

