

運動で 楽しく繋がる  
親子 大人同士 子供同士！

青空の下で 100人  
一斉にフープブーンを回そう！

元気のみなもとの輪

**3%**      **97%**

## 大阪

男性    71.50    39位

女性    74.46    34位

# ① フープブーン



# ② モビリティトレーニングバンド



# ③ ひめトレ



① からだバー®



② リフレッシュエクササイズKAZE

\* 機能改善メンテナンス

\* ママとベビーのヨガ

\* 耳つぼ



ママとベビーのヨガ

楽しく 体力と年齢に応じた運動をすると

**健康寿命**が伸びます！！

日本一を目指しましょう！

まずは、関西一番を目指しましょう！！

医療費削減も可能です！！

