

ロストボールお譲りします

キッズフェスいたみ2020でマッサージ用に販売しておりました、
ロストボールを1個50円でお譲りいたします。

冬場は運動不足になりがちです。

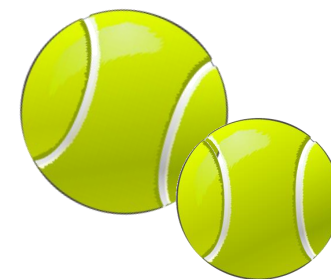
同じ体勢を長く続けていると、「肩こり・腰痛・首痛」など様々な症状が現れ、

身体も辛くなりがちです。テニスボール1個で、『リンパの流れが良くなる・筋肉が解れる』などなど。。。

ボールを身体にあてながら、コロコロするだけでリフレッシュ！！

必要な方は、体育館窓口へお声掛けください。

使い方はQRコードを読み取り、YouTubeでご覧ください。



伊丹スポーツセンター