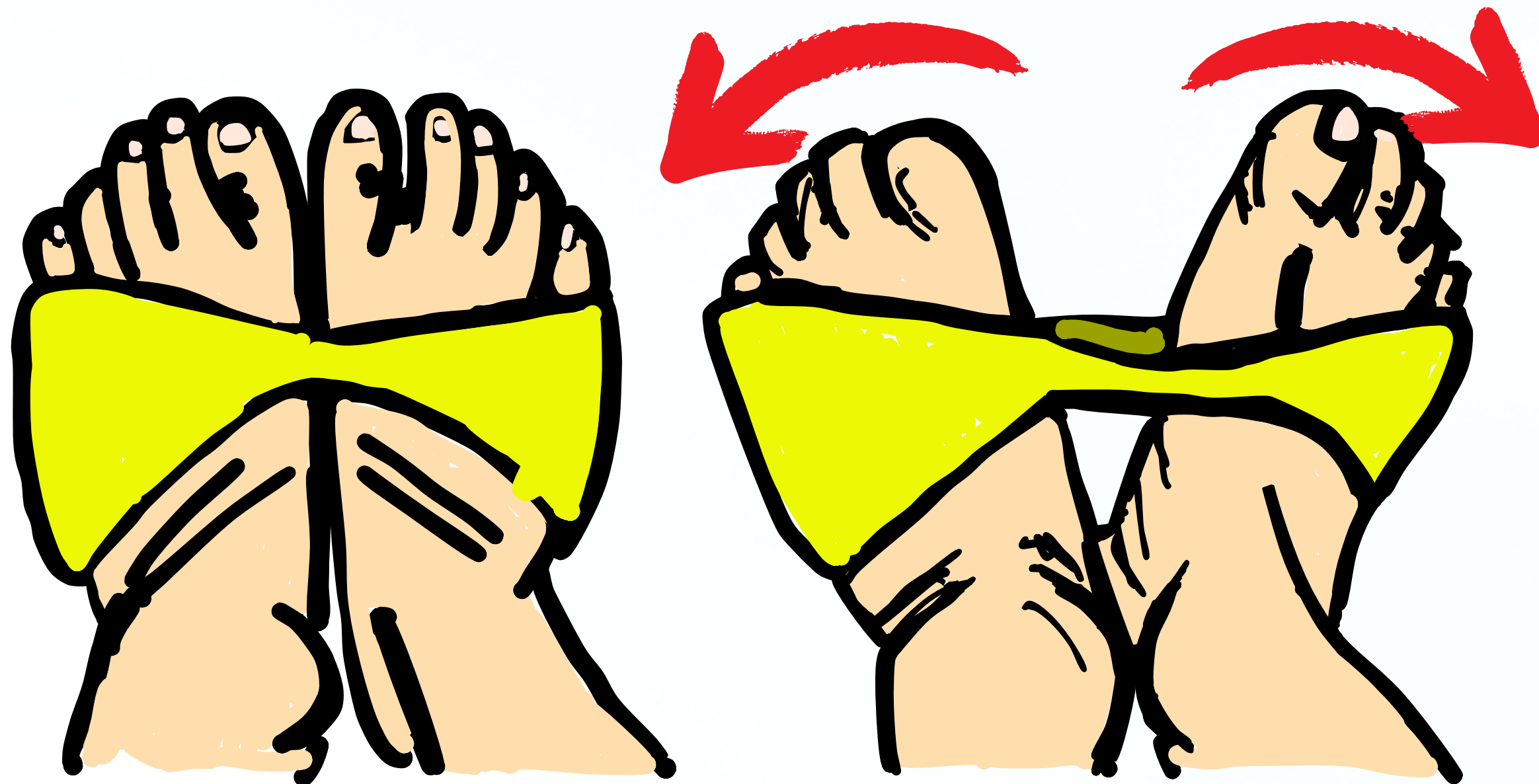


腓骨筋運動【セラバンド】

バンドをつけて、底屈と外返しの動きをしよう



腓骨筋運動【セラバンド】

バンドをつけて、底屈と外返しの動きをしよう

