

# モビバン体験



モビバンとは?? 3つの輪が特徴のモビリティーエクササイズバンド  
弾力性のある柔らかい素材でできています。  
若々しい健康生活を送るために、「モビバンストレッチ」で関節を柔らかくし、  
怪我をしない体づくりができます。



長寿大学の受講生の  
皆さんが体験しました。

動く部分や呼吸を意識しながら、美しい動作の基本になる  
体操やストレッチを行いました。



