



# だからテニス!!!

カラダに

①長生きできる



②体が丈夫になる



③体が引き締まる



アタマに

①ストレスを軽減



②能力を高める



③思考力の強化



せいかつに

①家族で楽しめる



②交流関係が広がる



③趣味が増える



※効果には個人差があります