

兩款顏色 任您選擇



湖水藍

櫻桃紅

保養關節·全身鍛煉  
步行新運動

的的

HOLLYSTICK

[www.hollystick.com](http://www.hollystick.com)

三步學用

的的 HOLLYSTICK

1 左手右腳  
杖尖向後



2 前手用力  
後手拖行



3 挺身擺手  
大步前行



的的  
HOLLYSTICK



立即體驗  
展開運動「新」生活

好的運動體驗班



22530053



59419556

立即致電查詢



配合各種拉筋動作  
加強效果



小腿訓練



腳跟訓練



上身訓練



大腿訓練

延緩腦退化症

調整脊柱

強化肌肉

舒緩關節負荷

運動建議：一周使用3次  
每次步行運動30分鐘