

# 15分鐘 燃脂居家運動挑戰

義大減重中心 X ANYTIME FITNESS健身房 聯名出品

準備好在家動起來了嗎？  
15 分鐘，趕快找周圍的朋友發起挑戰！



→ 初階



→ 中階



→ 高階

