

いつもより 10 分多くからだを動かしたときに
1 から順に色を塗ってください。

開始日：月 日
横綱到達日：月 日

+ 10 番付表

私の体脂肪は
1桁(ひとけた)
です!



横綱

大関

関脇

小結

前頭

十両

幕下



三段目

序二段

序ノ口