



Healthy Heads in Trucks & Sheds



# දේවල් සමතුලිත වන විට අපි අපේ උපරිමයෙන් සිටිමු.

අපගේ හොඳම ක්‍රියාකාරීත්වය ආරම්භ වන්නේ හොඳ යහපැවැත්මෙනි. එය දේවල් කිහිපයක් සමබරව තබා ගැනීමයි. එය අපට ශාරීරිකව සහ අප තුළම දැනෙන ආකාරය පිළිබඳව දැනුවත් වීම සහ අවශ්‍ය නම්, දේවල් නැවත සමතුලිත කිරීමට පියවර ගැනීමයි. ඔබේ යහපැවැත්ම පිළිබඳ වැඩි විස්තර සඳහා, QR කේතය ස්කෑන් කරන්න.

