

# キレイな姿勢は足からつくる カラダバランスサポーター

カラダは足から  
**足カラダ**



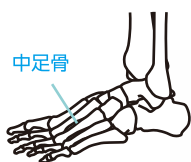
あっ  
 姿勢キレイ

**ス** マートフォンやパソコンなどのデバイスの普及によって、私たちの活動量は著しく減少しています。活動量が減少すると、筋力の低下やカラダのバランスのくずれが起りやすくなると言われています。

カラダのバランスがくずれると、バランスを取るために余計な力が入ったり、本来使うべき筋肉が使われづらくなってしまったり…。その結果、姿勢が崩れてスタイルが悪くなってしまったりすることも。

姿勢がキレイだと、スタイルが良く見えるだけでなく、明るく生き活きと見えるのも嬉しいポイントです。

**キ** レイな姿勢のためには、カラダの土台となる「足」を安定させることが大切です。足元を安定させるには、「母趾球」・「小指球」「かかと」の3つの支点でアーチをつくり、バランスよく立つことが大切です。「カラダバランスサポーター」で、日常生活の中で履きながら、足もとからカラダをととのえてキレイな姿勢を目指しましょう。



かかと

足裏のクッションが  
 中足骨をUP

横アーチをサポートすることで、理想的な脚の形状を保ちながら、「母趾球」・「小指球」・「かかと」の3点を支点としたバランスをサポート。

極薄だから  
 重ねばきもOK



監修 **杉山ちなみ**

数々の世界大会にメディカルスタッフやアスレチック・トレーナーとして帯同

NATA 公認アスレチック・トレーナー (A.T.C.)、NSCA 公認ストレングス&コンディショニング・スペシャリスト (C.S.C.S.)、日本スポーツ協会公認アスレチック・トレーナー (JSPO-AT)



**カラダバランスサポーター**

品番:2339AS

上代:2,700 (2,970税込)

原産国:日本

カラー/JAN:80ページユ/4549\*\*\*\*\*

サイズ:足の甲周り 約19~24cm

組成:ナイロン・ポリウレタン  
 クッション)ポリスチレン系樹脂