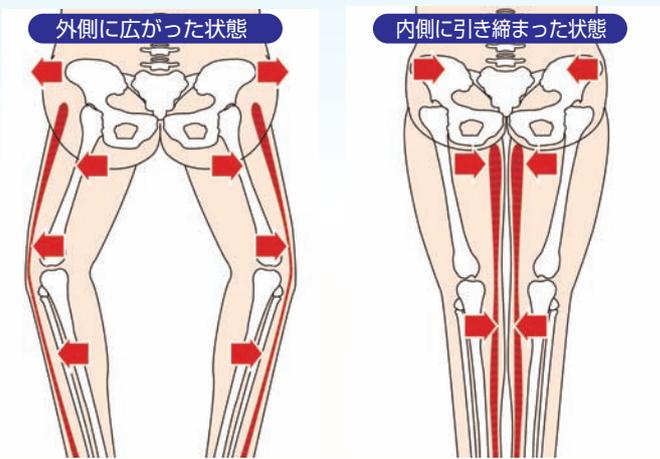


いつもの靴に入れるだけ… インソールで内側加重 たるんだ太ももを鍛えて下半身スリム

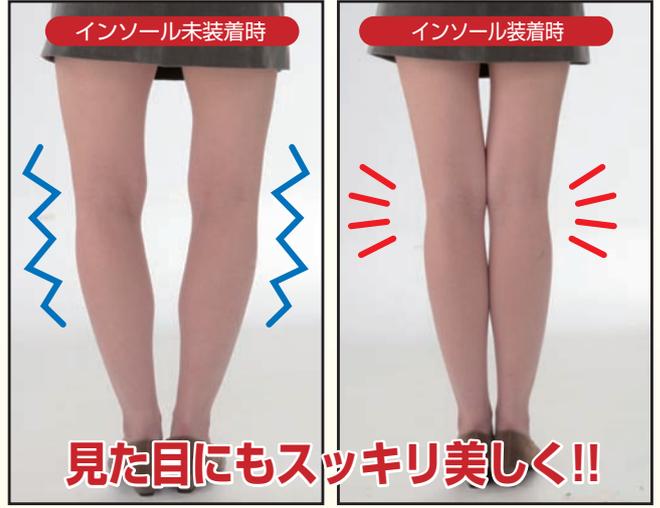
眠っていた筋肉を呼び起こす美脚補整インソール

たるんだ太ももの原因は 外側に偏った重心に!?

〇脚・下半身太りの原因が日常の歩行癖から来る外側加重にある事は少なくありません。重心が外側に広がってくると、脚筋肉は正しく使われなくなりどんどん余分のお肉がついてきます。本品は外側に広がった重心を内側に引き寄せるインソール。外側が高く内側が低いインソールのかかと部分に形成された高低差構造が日常の歩行では使われなくなった脚の内側の筋肉を効率よく使いたるんだ下半身を引き締めます。



運動不足や筋肉の衰えは、気づかないうちに重心が外側に乗った状態になり、骨格や筋肉を歪ませます。外側ばかりの筋肉を使うから身体の中心部の重要な筋肉は衰えるばかり…。



見た目にもスッキリ美しく!!

スリムインソール
3,990円(税込)

- 材質：エラストマー ●サイズ：M/22.0~23.5cm L/24.0~25.5cm LL/26.0~27.5cm
- 日本製



外側が高く内側が低い高低差構造が
外側に偏った重心を内側に引き寄せます。



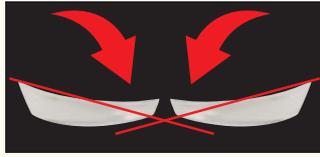
つるみマッサージ院長
整体師・鍼灸師 鶴見 晃成先生

楽な歩き方とか楽な姿勢に慣れてしまった身体は外側の筋肉ばかりを使おうとします。外側の筋肉ばかり使っているとどんどん骨格も外側に広がってゆき「締まりのない身体」になってしまいます。日常生活の中で使われなくなった身体の筋肉を使う事で、最初は違和感を感じますが徐々に正しく筋肉を使う歩行が身に付きます。



ヒールカップ構造で、かかとをしっかりと固定。足の重心を内側に移動します。

**使い始めは脚の内側が筋肉痛に!
なれた頃には足スッキリ!!**



〇脚の方にも
おすすめですよ!!

材質はゴムのように柔らかく目立ちにくいエラストマー製。外が高く内側が低いので身体の内側の筋肉を強制的に使います。