

肩甲骨
エクササイズ

カチコチ

肩甲骨

をほぐして

スラリ

美整ボディ

自宅で気軽に揺れるだけ！肩甲骨周りをほぐして鍛える！

ハンモックに揺られてる感覚なのにカラダが整う！

背中
脇肉
腕
バスト

1日1分
揺れるだけ!
(※目安)

簡単！これならできる！

ゆらゆら揺れるだけでも
筋肉が緩み整えます



エクササイズ

揺れてるだけでも
心地よくカラダが
温まり、なまった体が
目を覚ましたみたい。

ワン・ツ

ゆらゆら
エクササイズ

背筋をぐう〜と伸ばす！

ひとりでは伸ばしにくい
1日の疲れがすっきり



ストレッチ

ゴムチューブを付けて
パンチング運動を
すると、より効果的に
肩甲骨周りをほぐして
鍛えます。

※画像は、イメージです

エクササイズ
効果を実証!!

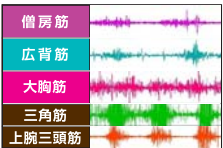
肩甲骨周りの筋肉が活発に!!



※豊橋創造大学調べ

一般的に肩の運動のおよそ1/3は肩甲骨の運動によるものであることから、「背中スリムスイング」を使用して腕を前方に伸ばしたり、頭の上まで動かす運動では、肩甲骨を前方、上方へ動かす効果があると言えます。

※腕を前方に伸ばしてゴムをひっぱりながら回旋した状態で計測



美バランス効果
奥様が
実証!!

わずか4ヶ月で!
スッキリ!!



上半身をスイングすることで背中周りの筋肉や背筋を自然とのぼし、肩甲骨周りや背中の骨格バランスを整えます。体重より体のバランスが大事」という開発者の波多野先生の言葉どおり姿勢を整えながら美整ボディに導きます。肩甲骨周りを正しくほぐすことで、自然と美しいバランスを身につけていきましょう。

肩甲骨まわりを伸ばす
ストレッチパット

筋肉のコリをほぐす
押圧ポイント

体のプレを抑える
滑り止めパット

左右にゆらゆら
体バランススイング

vivalance ※一部仕様異なります。

背中スリムスイング 9,800円(税込)

■材質/本体:ABS、スチレン系エラストマー ■付属品/取手:PP、スチレン系エラストマー ゴムチューブ:天然ゴム ■本体サイズ/(約)40×55.5×13cm ■日本製



美ボディには骨格と筋力のバランスが大事!

体型を整えるのに、ムリなダイエットは必要ありません。体重を一生懸命落とす必要はないんです。からだの骨格や筋肉のバランスを少しだけ整えてあげるだけで、見た目はずいぶん変わります。

落とす必要はない
体重をムリして



バランスの悪い肩甲骨周り

バランスの整った肩甲骨周り

美容整体サロン
Aqua Bella
波多野 賢也先生

Copyright (C) 2010.12.06 Dream All Rights Reserved