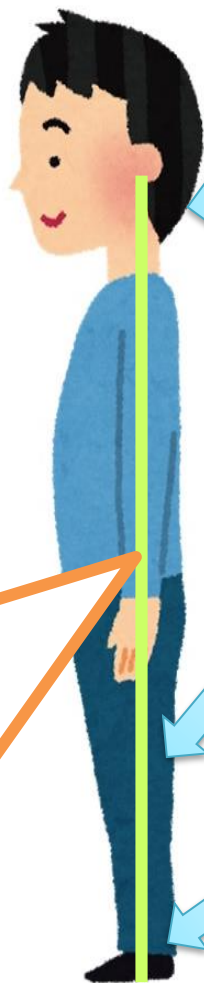


正しい姿勢をチェックしてみましょう

<重心線>

耳たぶ
↓
肩
↓
大腿骨
↓
膝の少し
前方
↓
くるぶしの
少し前方



あごが上がって
いませんか？

膝は伸びきって
いますか？

重心はかかとの
少し前に
ありますか？

詳しくは院長まで



猫背

↓
肺が膨らまず
基礎代謝低下

↓
太りやすい
消化器・循環器
機能低下

(骨盤ダイエットはこの
あたりの理論のようです)

↓
頭の重みで重心線が
くずれ、首・肩・腰
が常に緊張