

改善すべき箇所はあなたが思っているところとは違うかもしれません。

なぜ痛み・悩みが改善するの？

“痛みのあるヒザ・腰・股関節”は、今までも十分ケアされてきたと思います。「それでも治らない」「パフォーマンスが上がらない」…それはなぜでしょうか？ まず「根本原因」は一体どこにあるのかを探ることから始めた方が良いでしょう。根本原因を無視して“今ある痛みや悩み”に手当するだけでは、一時しのぎになってしまう可能性があるのです。

根本原因の特定

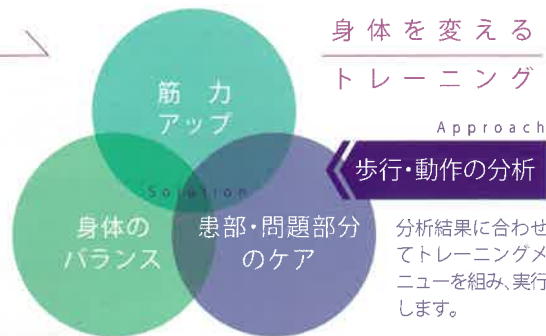
身体を変えるトレーニング

痛み・悩みの改善

GOAL!

それぞれが相互に作用し合う
「3つの要素」で、あなたの体を変える

身体の痛みや悩みの改善には「筋力」と「身体のバランス」が大切。痛みのある方は「患部のケア」で痛みが出ずにトレーニングでき、「痛いから鍛えられない」「鍛えられないから改善しない」という負のスパイラルから抜け出すことができます。



沖縄店代表
與那嶺 寛樹



This is the solution we'll give you.

痛み・悩みの**根本原因**はどこ？

「歩行・動作の分析」で細かくチェック

まずは、あなたの「歩行や動作」をチェックします。本当に小さな違いを見つけることで、痛みの要因となる身体の傾きや力の入り具合などを見極めます。最終的に身体のどの部分のどのように修正すれば良いのか特定し、その上でトレーニングの内容を決めるようになっていきます。



Approach

歩行・動作の分析

歩行・動作の姿勢をプロの目線で確認し、痛み・問題のある箇所を推測します。

私たちは自由な視点で、歩行や動作から問題点を特定します。

根本原因を**特定**し、アプローチ。