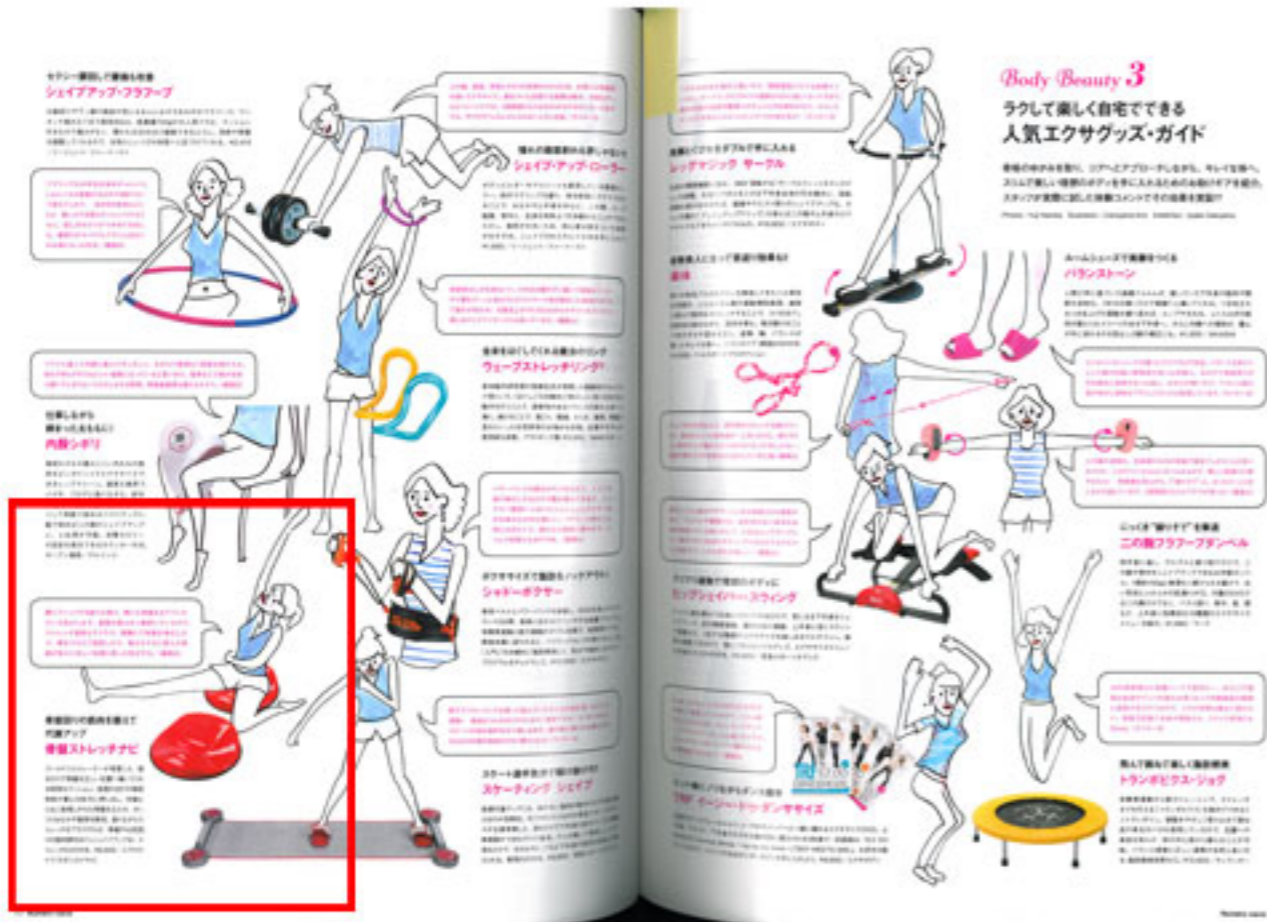


カラダを変えていく。

AEROLIFE

2012年12月号 Numero



腰にフィットする座り心地で、傾いた骨盤を立ててくれている気がします。座面が柔らかく傾斜しているので、ストレッチ運動もラクラク。開脚して体側を伸ばしたり、脚をそろえて前屈したり。続けるうちに歪んだ骨盤が徐々に正しい位置に戻った気がする。(編集S)



骨盤回りの筋肉を鍛えて代謝アップ

骨盤ストレッチナビ

ゴールドジムトレーナーが考案した、座るだけで骨盤を正しい位置へ導いてくれる特殊なクッション。座面の20°の傾斜角度が重心を前方に押し出し、年齢とともに後傾しがちな骨盤を立たせ、ポッコリおなかや猫背を解消。座りながらストレッチをプラスすれば、骨盤やお尻回りの筋肉群をほぐしシェイプアップも! ストレッチDVD付き。¥8,800/エアロライフ(モダンロイヤル)



モダンロイヤル株式会社