

No.3

～最新のストレッチ機具 6 台を使用～ 健康プログラムの提供

＜サービス開始＞平成29年12月

【顧客ターゲット】

1. 健康寿命を延ばしたい中高年
2. 肩こり・腰痛に困っている方
3. 姿勢を良くしたい、柔軟性をUPしたい方

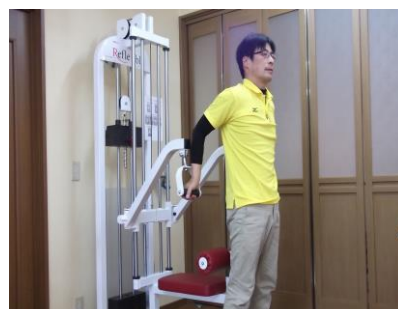
【特徴】

1. 最新の動的ストレッチ機具 6 台を使用したプログラムです。
2. 高齢者からスポーツ選手まで使用できます。
3. 筋肉をほぐし、柔軟性と関節の動きを良くする



※筋トレ機具とストレッチ機具の違い

筋トレ機具は筋肉をつけ筋肉を太く硬くする そして筋肉の増加を重視し筋肉質な身体をつくる目的の機具ですが、動的ストレッチ機具は筋肉をほぐし弾力のあるしなやかな筋肉、筋肉のバランス調整を重視し正常な身体バランスをつくる、新陳代謝を高め脂肪低減効果が期待できる 姿勢改善し肩こり腰痛の軽減する機具です。



- 筋トレ機具は一般的だが、動的ストレッチ機具は珍しく、坂井市には当施設しかない。
- 革新的ものづくり・サービス開発支援の採択を受けた
- NHK『ためしてガッテン』に取り上げられた動的ストレッチ
- プロ野球選手 イチローが取り入れている
- 動的ストレッチに関する書籍が多く出回っており、注目度の高さが伺える
- 整骨院 27 年間とリハビリ型ディサービス 7 年間の経験がある

◇価格： 5,000円(税込)/月(週2回)

島田整骨院 美健

トレーニング・介護

住所：坂井市春江町針原21-36

担当者名：管理者 島田 さゆり

TEL：(0776)51-6514

FAX：(0776)

E-mail：simada96@wit.ocn.ne.jp

HP：http://www.simada-seikotuin.jp

