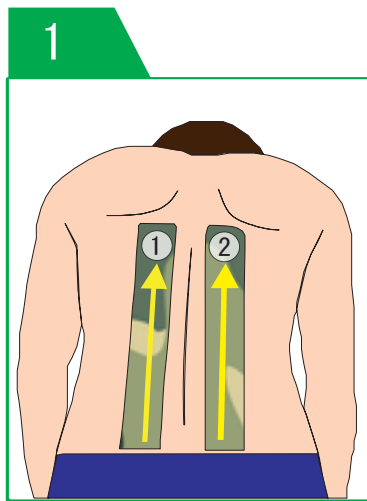
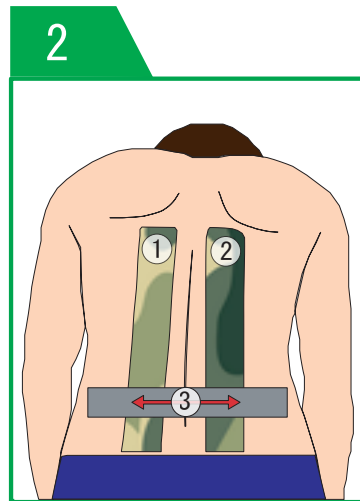


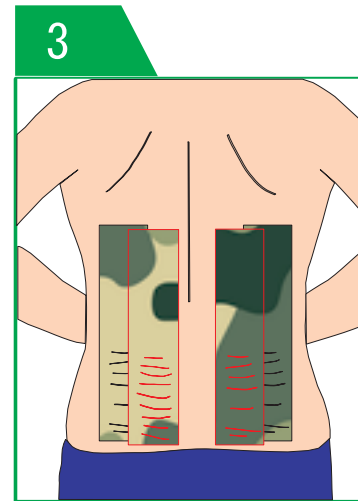
腰・背中 体支える筋肉をサポート (腕の使い過ぎによる腰・背中の張りに) 目安の長さ30cm前後



体を前屈させ、  
腰の筋肉を伸ばし  
テープの始端をベルトの下  
骨盤から背骨の横にそって貼る。(端は引っ張らずに貼る)



痛みや違和感を感じる位置に  
中心だけ外に向かって少し  
引っ張って貼る。



体を起こして、  
シワがよっている。  
貼る枚数を増やすとサポート力増します。