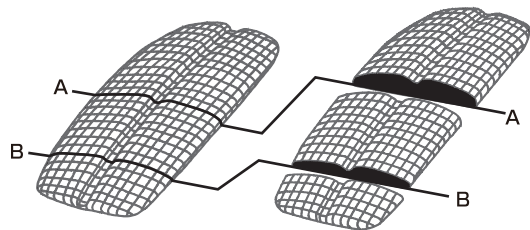


これが背筋を伸ばし胸を広げる 3 次元形状です



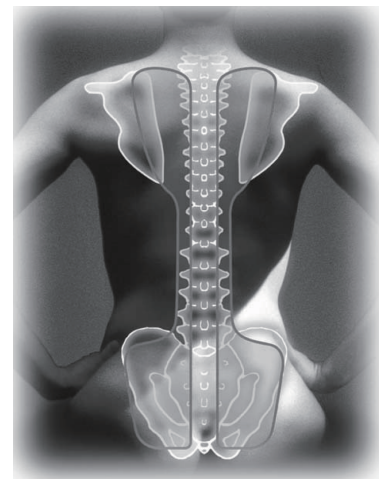
ただ仰向けに寝るだけで
3次元形状があなたの背中を守ります

バックストレッチャー

背中元気くん[®]

取扱説明書

肩こり、腰痛、猫背対策



◆カバー兼クッション材
(特殊繊維・ヒュージョン立体ハニカム構造)
弾力性・通気性にすぐれている新素材

◆芯材表皮 (シボ表皮)
熱圧成形による布目模様のシボ加工
通気性と表面の弾力性が向上

◆芯材 (発泡ポリエチレン熱圧成形品)
人間の筋肉のもつ弾力性により近づけた素材
(足ゆび元気くんと同素材)

洗濯方法

カバーのみ洗濯可 (本体カバーのメッシュ裏に表示: 洗濯ネーム)

素材・規格

- 芯材: ポリエチレン発泡体
- 外カバー: ナイロン・綿
- サイズ: 縦 54× 幅 31× 厚さ 4.5 (cm)
- 重量: 約 270g

※上記は性能向上の為に予告なしに変更することがあります



株式会社 ドクターエル

〒326-0807 足利市大正町 870-1

www.dr-l.co.jp

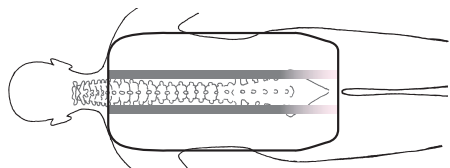
TEL 0284-40-3711

商品を十分に理解していただくためにも、この取扱説明書を必ずお読みください

こんな方にお勧めです

- 猫背気味の方
- 胸部が狭くなりがちの方
- 肩がこりやすい方
- 前かがみの習慣がある方
- 背中全体をストレッチしたい方
- 背筋への指圧作用をお望みの方
- 背中左右筋肉のバランス調整をお望みの方

胸を広げ、肩甲骨に柔軟性を



注意

- 使用当初は、背中に違和感や不安定さがありますが使い慣れてきますと心地よい使用感が出てきます
- 床に敷いて背中ストレッチとしてお使いの場合は、1回10分を限度にしてください
- もし10分以上使用したい場合は、1時間以上の休憩を取ってからにしてください
- 使用中は、眠らないようにしてください
- 使用中、頭の位置が低く感じる場合は、座布団などを後頭部の下に敷き頭を高くしてください
- 使用中、肩や背中、腰など、だるさや痛みが出た場合は使用をやめてください、また痛みが取れるまで使用は避けてください

床に置いて寝るだけで 背中スッキリ



使用方法

床での使用が効果的です

●背筋スッキリ

床に敷き仰向けに寝ることで、自然に両肩が後ろにそり肩甲骨が背骨に引きつけられ自然に胸郭が広がり背中の中もスッキリ



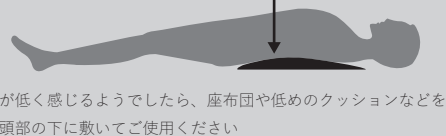
通常では、背中元氣くんマークが肩甲骨上部中央に当たるようにします

いずれも1回10分が
使用限度です

●腰もスッキリ



背中元氣くんマークを腰に当てるように、敷けば、腰のストレッチにも



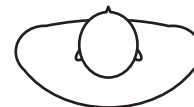
頭が低く感じるようでしたら、座布団や低めのクッションなどを後頭部の下に敷いてご使用ください

椅子やソファーにも

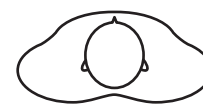


本体の天地を逆にしてもお使いいただけます

前屈みの姿勢

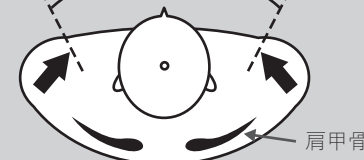


正常な姿勢



Before

狭くなる



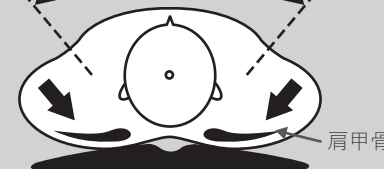
長時間、前かがみの状態は胸部を狭くするばかりか肩甲骨周辺の筋肉が固まり肩こりや背中が丸まる可能性があります

背筋を伸ばし姿勢シャキッと

外側にいくほど曲面的に薄くなる形状が、背骨両脇の筋肉への指圧作用と胸部から腹部にかけてのストレッチ効果を引き出し、正しい姿勢へと導くことができます

After

広がる



胸から胸部にかけ広角作用を促進、上半身の重さのみで無理のない自然なストレッチ作用を体感できます