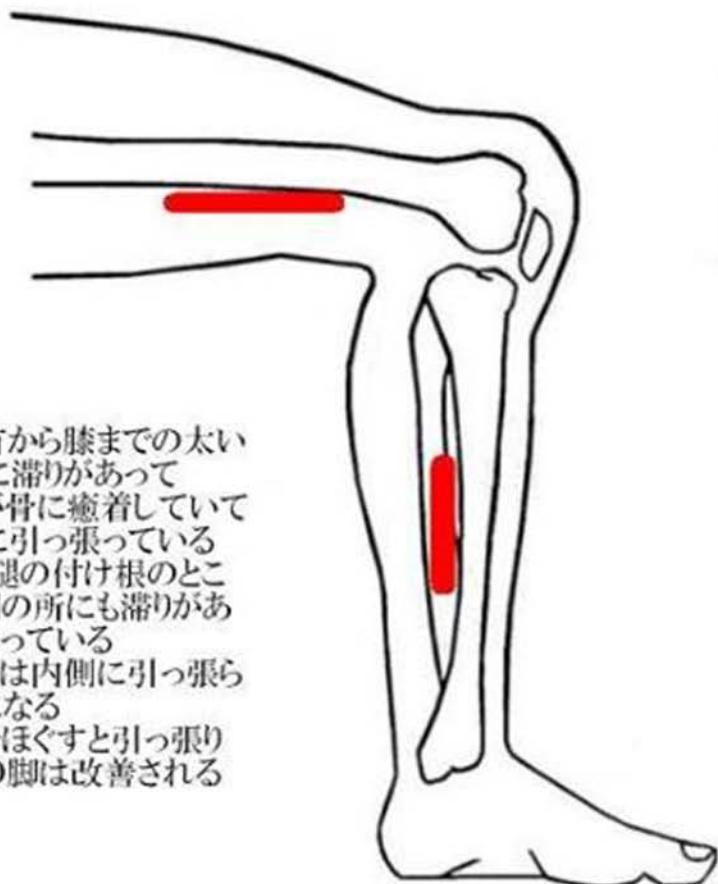


O脚の改善法

O脚は足首から膝までの太い骨の内側に滯りがある
腱と筋肉が骨に癒着していて
足を内側に引っ張っている
太ももから腿の付け根のところまでの間の所にも滯りがある
て引っ張っている
このため足は内側に引っ張られてO脚になる
この部分をほぐすと引っ張りがなくなりO脚は改善される



<O脚>

O脚と言われる症状は太腿の内側や膝から
足首にかけての内側の骨際の滯りが原因

高年齢の人にとってこの症状は膝関節症につながる

図の部分を骨から外すようになると
O脚も膝関節痛も嘘のように改善する・・お試しあれ