

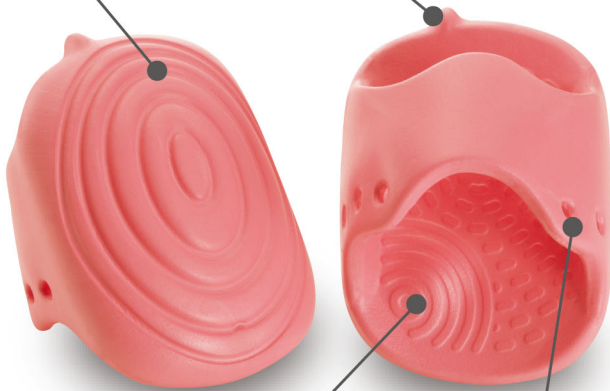
# 美脚を目指す、バランスサンダル - シェイプトーン -

履いて歩くだけで筋肉に刺激。バランスエクササイズ!



緩やかな球状の底面で、  
バランス運動。

運動中滑らないよう指先を  
固定させる突起。



土踏まずや指の付け根を刺激しな  
がら、気持ちよくエクササイズ。

サンダル用の飾りをつけて、  
わたし流にカスタマイズ。



こんな方にオススメです



運動は苦手!

毎日続けるのってなかなか  
出来ないのよねえ

このサンダルにはかかと部分が無く、また底部が緩やかな球状になっており、履いて歩くだけで筋肉に刺激を与えていることとなります。

また部位別エクササイズを取り入れると、より効果的にトレーニングを行うことができます。

家事の合間に出来る、簡単エクササイズをご紹介します!



足首からお尻  
まで、  
メリハリ  
ボディライン!



太もも裏から  
お尻まわりを  
キュツ!