

ダイエットにはやっぱりランニングがおすすめ！

色々なダイエットを試しているのになかなか効果が出ない、そんな悩みを抱えている人にお勧めしたいのがランニングです。ランニングは有酸素運動なのでお腹周りの脂肪燃焼を促し、全身の血行が良くなる事で老廃物を流し出し、むくみ・肩こり・疲労回復にも効果的であることが知られています。巣ごもり生活から気分をリフレッシュして自律神経を整える働きも期待できます。

ランニングには、100% オーダーメイドインソールがおすすめ！

- ・ AIと3Dプリンターで製造します

従来の中敷き（インソール）は、既製品か、もしくは歪みのある足裏を型取って手作業で削りだすオーダーメイドでした。この製品は、足の形ではなく、動的圧力センサーで計測したデータをAIでその人の理想的な歩き方とするためにどのような形が最適かをデザインして、3Dプリンターで0.1mmの精度で製造するという最先端技術で制作するあなただけのオーダーインソールです。

- ・ 理想の歩き方に導きます

理想の歩き方とは、体幹重心が踵から始まり最後は親指で蹴り出す歩き方です。多くの方は歪みを生じています。AIはその歪みを分析し矯正する形を設計します。足の筋肉と腰や背中はつながっていますので履いて歩けば歩くほど姿勢が変化しバランスが整うことが期待されます。

- ・ 怪我のリスクが軽減されます

足の骨は、片足で26個、100以上のじん帯、無数の内在性の筋肉により構成されます。足裏のわずかな歪みが、姿勢の歪みとなり、怪我のリスクを高めます。この製品は欧米では、その歪みを矯正する機能が広く認められ、プロマラソンやトライアスロン、アメリカンフットボール（NFL）のすべてのチームで採用されており、一般の方にも腰痛・ひざ痛の痛み解消、軽減することが期待できます。

