

あなたの身体、きっと変わる♥

STYLEX Q

STYLEX Qだからできるつ、

まずは
1ヶ月
頑張って実感!

股関節のストレッチと
外旋筋の強化で

O脚・X脚
改善!

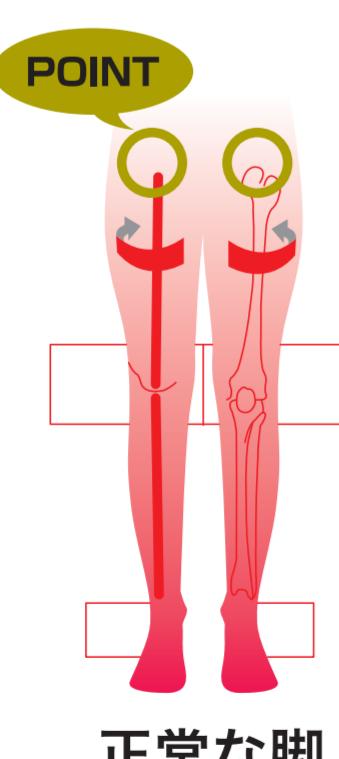
乗って!ひねって!!

美脚に変身!!

1日20分のかんたん運動

O脚・X脚って……?

正面からみると脚が外側に開いてO脚になっているように見えますが、殆どは脚が内側に回ってO脚になってしまっています。原因は、お尻の深層筋である外旋筋(股関節を外に開く筋肉)が弱い事、股関節が固くなってしまっている事が関係しているといわれています。X脚はO脚と真逆の状態だと考えられてきましたが、股関節に原因がある部分では共通しています。



POINT

股関節を軸に脚全体が内側に回ってしまいます。

本来、背面にあるはずの筋肉や脂肪が側面に移動します。

膝のお皿が内側を向き、両膝間に隙間が出来ます。

ふくらはぎが曲がって見えます。

正常な脚

O脚になると…



「特許技術」をもとに開発された運動マシーン STYLEX Q