

ホグレル体験レポート

～ほぐし 2 週後の変化とは～



《体をホグして 日々健康》

ウインズ内の健康施設、ストレッチスタジオ「ホグレル」の体験レポートがスタート！
動けるカラダを目指し、ストレッチ・バランス・動作を中心にどれぐらい変化が出るのか？をくのっちが真実を確かめる。



股関節を柔らかく！



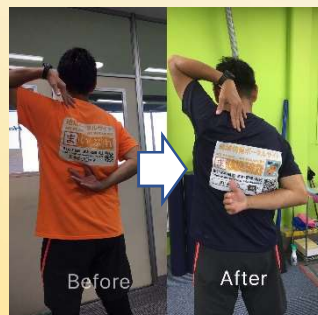
猫背が改善！



《体の変化の進捗報告》 開始:7月13日(金) ~ After 測定:7月27日(金)



前屈数値も改善し年齢別平均を2週間でクリアしました。



肩回りも柔らかくなり、肘の曲がり具合と、肘の上り具合が大幅に改善されました。

乞うご期待！

「次回、短期間でさらなる変化に期待出来るか？」

