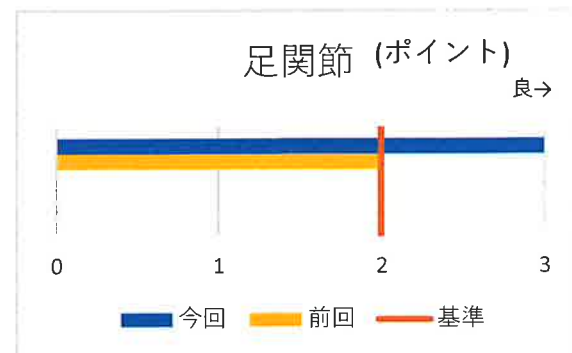
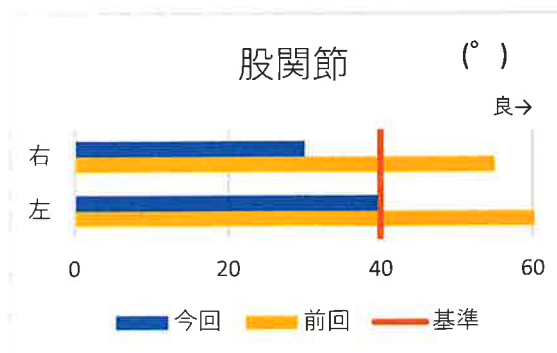
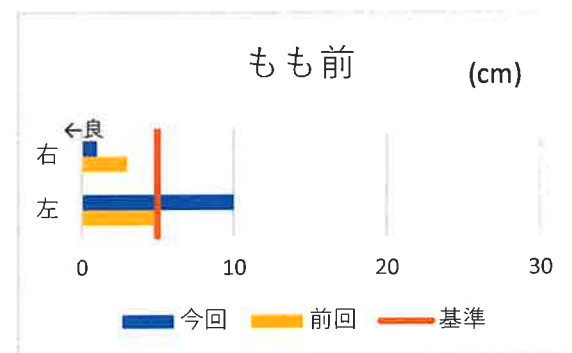
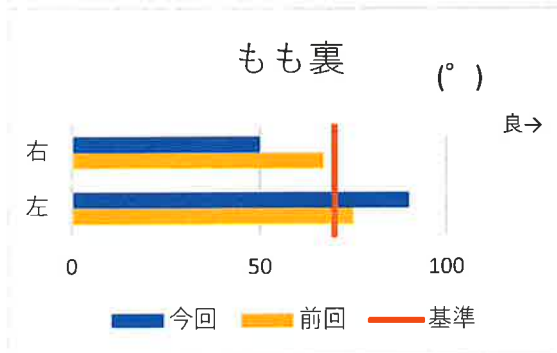
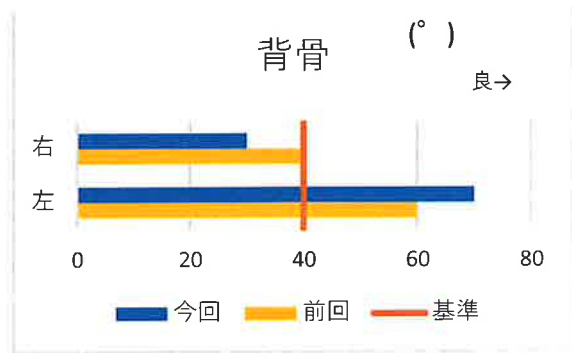
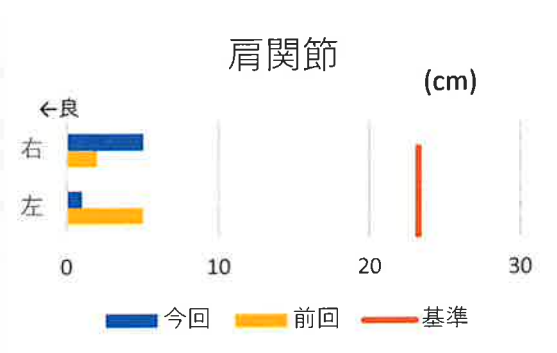


メディカルチェックレポート

柔軟性

身体の中でも特に柔軟性が低下しやすく、スポーツのパフォーマンスに影響を及ぼしやすい箇所をチェックしています。



肩関節：低下すると腕の可動範囲が狭まります
背骨：低下すると捻りが減少します
もも裏：低下すると立位姿勢の重心が後方に落ちます
もも前：低下すると脚を後方に伸ばしにくくなります
股関節：低下するとひねる動作で腰に負担がかかりやすくなります
足関節：低下するとしゃがみ込みの動作が不安定になります。