

正しい足のサイズ知っていますか??

# 足型測定会

12月19日(月)~25日(日)  
10:30~20:00



※12/25(日)10:30~16:00の受付となります。

足は、体を支える大切な土台です!

自分の足型を知ることは、【健康な体】【良い動き】のベースを作ります♪

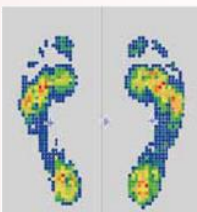
## ★ ★ ★ サイズがわかります!

足長・足幅をカメラで撮影し、目安のサイズがわかります。正しいウォーキングシューズ選びに役立ちます。

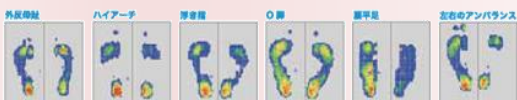


## ★ ★ ★ ★ ★ 足裏の状態がわかります!

足底圧を測定し、外反母趾・扁平足など6つのパターンに分類します。インソール選びや生活習慣改善に役立ちます。



理想の圧力分布



- ①足底測定システム「フットナビ」で、左右の足長、足幅、足圧(加重バランス)を測定します。
- ②測定データを説明します。
- ③あなたにあったシューズやインソールをご提案します。

※測定データをA4用紙にプリントアウトしてお渡しします。



## ■正しいサイズのシューズやインソールの使用

- ◎足への負担が軽減され疲れにくくなる
- ◎足や腰へのケガのリスクが減る
- ◎動きやすさがUPし、パフォーマンス力向上

<<安心のコロナ対策>>

- 測定者が密集しない予約制
- 自宅で検温、体調確認
- 手指消毒、機械の消毒
- その他、3密対策に準じます。

## — 場所 —

トレーニング室前(し~すぽ)

## — 測定費 —

会員 300円  
ビジター 500円

## — 測定時間 —

20分程度 / 1回

## — 申込開始 —

12/5(月)より  
トレーニング室にて  
受付開始!

【お問合せ・お申込み】

掛川市南体育館 し~すぽ

TEL: 0537-28-8710

住所: 掛川市大淵14234-1

営業時間: 9:00~21:30

施設HP↓

<https://shisetsu.mizuno.jp/mss-7193>

