

何をして  
も  
疲れる

眠れない

肩こりや腰痛、  
頭痛

そんなあなたでも

立ち方

歩き方

座り方

＼正しく体を使えば／

いつも調子いい！がキープ  
できる！



調子いい！がずっとつづくカラダの使い方

仲野整體  
東京青山院長 仲野孝明 (著)

