

フライマリーウォーキング®

万病の元と言われる

がい はん ぼ し

外反母趾改善 セミナー

健やかなカラダ作りに大切な足の指
あなたの足の指は曲がっていませんか？



～フライマリーウォーキングとは～

外反母趾、O脚、腰痛、肩こり、ひざ痛…日々の辛いカラダの痛み。
実は原因が、足の指にあるのかもしれません。

そのお悩みに真っ向から立ち向かうメソッドが登場！正しく立ち、
正しく歩くことで自らのカラダの歪みや痛みを取り除き、美しく健
やかな身体へと導きます。鍼灸整体師・トレーニング指導士の岡本
啓司氏が考案した「鍛えない、頑張らない、力を入れない！」ウォー
キング法を体験してみませんか！



Present



足の指を伸ばして踵体重®へ。

正しく立てるように導く
専用ソックス(ショ
ートタイプ)をご参加
の方全員にプレゼント！

