

# ウェーブストレッチリング® (日本ウェーブストレッチ協会推薦)

ウェーブストレッチは、東洋の気功・太極拳のベースにある「気と呼吸法」「スパイラル理論」と西洋の「運動・コンディショニング理論」を融合した日本発のオリジナルのプログラムです。

身体動作研究家の牧直弘氏が考案したセルフ・ケアギア「ウェーブストレッチリング」(特許取得済)を使用することで、より効果的なエクササイズができます。

**場所を選ばず**  
**気軽に運動ができる**

台所で足踏み  
ベッドで腰伸ばし  
お風呂でストレッチ  
イスで肩ほぐし

1. ほぐしのサポートに  
ダブルアーチの突起の刺激が、指圧・あんまの代用品として筋肉のコリをほぐし、血行を良くして疲れをとります

2. 伸ばしのサポート  
ストレッチ、ヨガの補助具として、もうひと伸ばし、もうひと捻りで筋肉・関節の気持ち良く伸ばす

3. 引き締めをサポート  
コアトレーニング補助具として、トレーニングによりインナーマッスルを活性化しシェイプアップ・ダイエットに効果的



## 新発売 プラスチック製

プラスチック製 Mサイズ  
カラー:ホワイト/ピンク/ブルーイエロー  
横:約24cm  
縦:中央部10cm/両脇13cm  
高さ:約8cm  
重さ:約230g  
プラスチック部の直径:19mm  
グリップ部の直径:30mm  
材質:ポリブピレン

**¥3,990** (税込)



## けやきの癒のパワー

けやき製 Mサイズ  
横:約24cm  
縦:中央部10cm/両脇13cm  
高さ:約8cm  
重さ:約200g  
けやき部の直径:19mm  
グリップ部の直径:28mm  
材質:けやき

**¥8,400** (税込)



## アスリート用に

アルミ製 Lサイズ  
横:約25cm  
縦:中央部10cm/両脇14cm  
高さ:約10cm  
重さ:約180g  
アルミ部の直径:16mm  
グリップゴム部の直径:30mm  
アルマイト表面処理加工(さび止め)  
材質:アルミ、発泡ゴム

**¥5,980** (税込)

特選のDVD が発売 ウェーブ ストレッチ ベーシック シリーズ

Wave Stretch  
Basic Digest

◆ウェーブストレッチ ベーシック ダイジェスト  
DVD<約25分> 1280円(税込)  
・イス編(イスを使ったほぐし7分・肩・胸・体側ストレッチと引き締め 5分)  
・フロー編(ふくらはぎ・太腿・お尻・腰・背中・首のほぐし、12分)  
首・肩・腰に快適なプログラム

Wave Stretch  
Basic Standalone

◆ウェーブストレッチ ベーシック・スタンダード  
DVD<約57分> 2100円(税込)  
・イス編(イスを使ったほぐし11分・全身のストレッチと引き締め 20分)  
・フロー編(ふくらはぎ・太腿・お尻・腰・背中・首のほぐし・お腹・ソケイ部 25分)  
イスの背もたれの利用で、家の中だけでなくオフィスでも! お腹のシェイプアップに!

製造・発売元 有限会社 MAKIスポーツ  
東京都世田谷区北沢5-3-13 こみねビル3F  
<http://www.maki-wavingstretch.com>  
e-mail:maki@maki-wavingstretch.com

**TEL.03-3227-3622** FAX.03-6423-8509

※ウェーブストレッチベーシック4h認定講習会を行っております。