

腸内環境（お通じ）を整えるための

内側・外側から、飲む・踏むだけの食・運動新習慣！

インナービューティーメソッド（カラダの中からキレイ・スタートセットⅡ）ご使用方法（①、②を行うだけです）

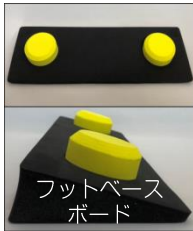


①レジスタを毎日ティースプーン1杯の量を摂取します。

直接、レジスタをお水と一緒に飲む、もしくは、ヨーグルト、お味噌汁などに混ぜて摂取します。



1日1回食後にティースプーン1杯をお水と一緒に服用するだけ！
 ※ティースプーンに圧縮して目一杯盛っても4gくらいです。摂取目安量：1日5g~10g程度
 （大きさ0,5杯~1杯程度、圧縮の場合）



②朝、起床後、決まった時間にお水もしくは、クロックティーをコップ1杯くらい飲んでボード踏みます。（ボードの上に足を置いて5分~10分がベストです。）

※朝だけでなく、時間の合間にいつでもどこでも気軽に踏むことで、オナカのインナーマッスル、また足先からの巡り、姿勢、足裏アーチなど、良い変化が期待できます。

フットベースボード突起（黄色）に乗せる足裏のおススメ位置

長母趾屈筋腱
 短母趾屈筋
 母趾外転筋
 足底

土踏まずの少し上側付近がおススメです。

ポンプ機能
 スポンジ状
 傾斜突起

レジスタ + フットベースボード
 （特許出願済）

カラダの中からキレイ・スタートセットⅡ（レジスタ+フットベース・ボードセット）
 販売価格（税別）：5,000円（個別合計価格5,600円の約10%OFF）
 レジスタ1袋（個別価格：2,000円税別）+フットベース・ボード1台（個別価格：3,600円税別）
 =5,600円の約10%OFF