

LAVA ビレッジ伊豆高原ダイエットトレーナー小山圭介監修

下半身太りの救世主！“大転子”<ダイテンシ>ダイエット！

骨のズレと歪みを改善！ベルトを巻くだけでモデル美脚に！

「巻くだけで下半身スッキリ！ダイエット王子・小山圭介の大転子 美脚ベルト」

2015年1月21日 セブン&アイ出版より刊行



株式会社ベンチャーバンク(本社:東京都渋谷区、代表取締役社長:鷺見貴彦)が運営するダイエット合宿施設「LAVA ビレッジ伊豆高原」のダイエットトレーナー小山圭介は、「巻くだけで下半身スッキリ！ダイエット王子・小山圭介の大転子 美脚ベルト」(セブン&アイ出版刊)を1月21日に発刊いたしました。

「大転子ダイエット」は、骨盤の下にある大転子(ダイテンシ)という骨を意識して作られた新しいダイエット法です。大転子の歪みやズレが、太い太もも、大きなお尻など下半身太りにつながることが多く、「大転子 美脚ベルト」は、そこにダイレクトにアプローチするスグレモノです。

「脚は生まれつき形が決まっている。美脚なんてムリ！」と思っている日本人女性必見。骨盤の歪みやズレの改善に向けて、大転子ベルトを巻くだけで、憧れのモデル美脚を目指すことができます。

本誌では、更に効果をUPさせるエクササイズも掲載。これまで1万人を指導してきたダイエット王子・小山圭介による“美脚メソッド”が凝縮された1冊です。



「巻くだけで下半身スッキリ！ダイエット王子・小山圭介の大転子 美脚ベルト」

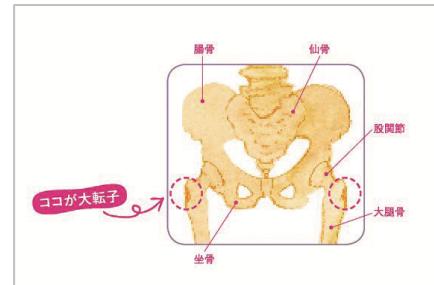
AB判 15ページ 特製ベルト付 定価 1,500円(税別)

監修:小山圭介(LAVA ビレッジ伊豆高原ダイエットトレーナー)

URL(セブン&アイ出版) <http://www.7andi-pub.co.jp/>

【大転子とは】

大転子(ダイテンシ)とは、太ももの中軸となる大腿骨の外側部分に位置する突起した骨の名称。大転子は大腿骨と骨盤の歪みやズレ、関節のジョイント部分の連結が弱まることで、大転子に出っ張りが生じ、下半身太りの原因となります。



■監修者プロフィール

小山 圭介(こやまけいすけ)/LAVA ビレッジ伊豆高原ダイエットトレーナー

1975年、静岡県生まれ。音楽業界での仕事を経て、30歳でエクササイズインストラクターに転身し、均整術師 小林邦之氏に師事。その後、ホットヨガスタジオ LAVA のダイエットプログラム開発職を経て、2009年7月にダイエット合宿施設「LAVA ビレッジ伊豆高原」を立ち上げる。これまで一万人以上の女性に運動・食事・メンタルの総合的なアプローチによるダイエット指導を行う。雑誌、テレビなどにも「ダイエット王子」として多数出演。

LAVA ビレッジ伊豆高原 <http://lavavillage-izu.com/>



〈ご取材依頼・お問い合わせ〉

株式会社ベンチャーバンク 社長室広報

Tel:03-6386-3381 / Fax:03-5469-0172

【大転子って何？】

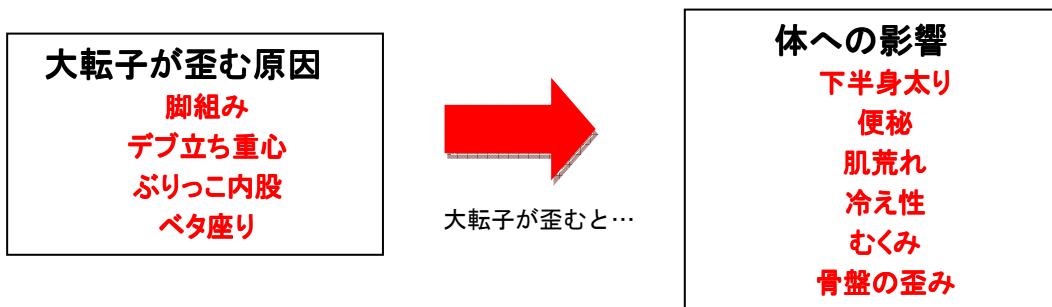
大転子（ダイテンシ）とは、太ももの中軸となる大腿骨の外側部分に位置する突起した骨の名称。大転子は大腿骨と骨盤の歪みやズレ、関節のジョイント部分の連結が弱まることで、大転子に出っ張りが生じ、下半身太りの原因となります。

体重	-5.5kg
ウエスト	-8.5cm
下腹	-8.0cm
太もも	-5.5cm



【大転子の歪みは現代病？！】

大転子の歪みは、現代女性の日常的な仕草が原因となります。毎日の何気ない仕草で歪んだ大転子は、知らない間に女性の脚を太くしていました。



【大転子こそ下半身痩せの救世主】

下半身太りや、太ももの外側が外に広がって悩んでいる方の多くは、この動きやすい股関節のおかげで、大転子が外に向いてしまっています。そのような状態だとどんなに有酸素運動をしても脂肪を燃焼しても食事のコントロールをして必死になってダイエットしても脚の形は変わりません。まずは大転子を整えることで痩せやすい下半身を作ります。

【大転子の歪みを整えることで骨盤が正常な状態に！】

大転子部分を両腕でギューっと数秒間圧迫して骨を内側へ向ける、という方法があります。骨は動き、たわむのです。

しかし、長年のクセや歩き方は頑固で、一時的に戻ってもまた直ぐ開いてしまうので、毎日意識する事が必要になってきます。大転子 美脚ベルトはその大転子部分を“常に正しい位置へサポート”できるので、付けているだけで骨盤が正常な状態に戻ります。