キネシオテーピング

1)腓腹筋

1)腓腹筋の引っ張り

1)腓腹筋　貼り終わり

1)貼り終わり外側

1)貼り終わり　内側

2)腓腹筋　外側補強

2)貼り終わり　外側

3)腓腹筋　内側補強

3)貼り終わり　内側

貼り終わり後ろ

4)腰　起立筋

4)貼り終わり

5)反対側貼り始め　　5)反対側　貼り終わり　　6)肩　棘上・下　　7)