

# 筋肉チューニングで最高のパフォーマンスを🔥

## 体を整えて健やかに！

私は以前精神的なストレスから通院していた時期があります。当時は睡眠不足、運動不足、栄養不足の状態でご心身ともに不安定。仕事も長く続かず転々としながらなんとなく過ごしていました。当時通っていた病院で「社会不安症」と診断されたことを機に「自分で変わろうとしないとダメだ」と気づきます。そんな時に会ったのが「**筋肉チューニング**」でした

筋肉チューニングは「**筋肉**」に痛みの原因の焦点を当て「**体を守るため**」に硬く、縮んだ筋肉を緩めることで本来の柔らかさを取り戻し、痛みのない生活を送るための手助けをする手技です。そこに「**栄養**」「**運動**」の要素を追加して施術の進捗に差が出ないように進化させたものになります。「**体の仕組みを利用して緩める**」ため強く押ししたり引っ張ったりしません。私はこの手技で短時間で痛みが緩和することに衝撃を受けました。自分の力ではなく、その人が元々持っている力に意識を向けて施術を行う様子から、人生をより楽しく生きるための手助けができるのではないかと思いました。

「**体は資本**」というように何をやるにしてもこの体がなければできません。全ての土台であるこの体を整えることで可能性は無限に広がっていくと思います。病院や薬などに頼らずに「**自分の力で健康になれる**」という確信があれば毎日をもっと輝いていくのではないのでしょうか。絵空事や幻想ではなく現実的で、具体的な「**筋肉チューニング**」という手技を通してあなたのサポートをさせていただきます。

## ★「痛みがなくなったら何をしたいですか？」



私の施術と経験を通して皆様の力になります。  
一緒に頑張りましょう！

### Profile

名前：竹内晶貴（たけうち まさき）  
スタンダードセラピスト、チューニングアシスタント  
生年月日：1994年11月1日  
出身：新潟県長岡市  
趣味：散歩、読書、フットサル  
Twitter：@shuutoku1101