

オンライン姿勢診断 画像送信手順

◎診断内容を決めます。

- ・姿勢だけの診断：画像2枚
- ・姿勢＋柔軟性の診断：画像6枚

◎規定ポーズで撮影します。

- ・姿勢診断)
正面＋側面
- ・姿勢＋柔軟性診断)
正面＋側面＋腕上げ＋側屈＋前屈

◎画像を送信します。

Eメールか公式LINEで送信します。

Eメール：info@posture-lab.info

公式LINE

姿勢診断の手順（基本姿勢）

姿勢の評価だけの場合、正面、側面の2枚の画像を撮影しましょう。

手順)

- ①正面を向いて、サンプル画像の様な姿勢で撮影します。
*腕は下ろした姿勢でも構いません。（気をつけ姿勢）
- ②右側を向いて、サンプル画像の様な姿勢で撮影します。



正面



側面

姿勢診断の手順（総合評価）

姿勢と柔軟性の評価を希望の場合、正面、側面と腕上げ、側屈、前屈の計6枚の画像を撮影しましょう。

手順)

- ①正面、側面の基本姿勢画像を撮影します。
- ②腕上げ、側面屈曲、前屈姿勢画像を撮影します

