



ぱる通信

2015. 3. 23 VOL. 143

アウトドアショップ パルフィールド

790-0054松山市空港通1-7-27

TEL 089-971-1141

URL <http://www.palfield.com>

営業時間 平日 10:00~20:00

土・日・祝日10:00~19:00

火曜定休

「野島のあさ智慧」健康コラム「脚より足を考える」



これは、スーパーフィートインソールのカスタムタイプを作成しているところです。

登山靴にはもちろん、MBTやウォーキングシューズ、仕事靴にもおすすめします。

先日、好日山荘本社(神戸)で、今シーズンの重要商品(どれもこれも重要ですが)の勉強会に参加し、2日間ミッチリ頭に詰め込んできました。

飛行機の時間まで余裕があったので、好日山荘神戸店に併設されているクライミングジムで、ボルダリング(壁の高さ3メートル)にチャレンジしてきました。(中略)

基本的にボルダリングは腕力ではなく、脚力を要するスポーツだと実感しました。登山に於いても、ストックを使用しますが、基本はあくまでも脚力を要します。

そこで「野島のあさ智慧」です。

脚力とは、太ももとかふくらはぎの力のことです。では「足」とは？

「足」とは足首から下の部分です。脚から出るパワーをロスなく無理なく「地べた」に伝えるものであり、正しく伝えるためには「足」の骨格機能が十分に発揮されなければなりません。

「足」は凄いメカニズムでそれをコントロールしています。「足」は骨格の組み合わせ方だけで、衝撃を吸収したり、踏ん張ったりします。(中略)

例えば、よくねんごする人は、骨格の組み合わせが通常より悪い状態にあります。下りで脚が痛くなる人も過剰回内になってしまっています。

「足」骨格バランスを整えることができるインソール、スーパーフィート カスタムで、気になる不具合を解消してみませんか。

「登山を楽しむために」脚を鍛えるだけでなく、足のバランスを整えることにも、少し意識を向けてください。

2015春夏NEWモデル大量入荷



各メーカー自信の新製品が大量入荷しました。ウェアはもちろん、ザックや登山靴も新製品が揃っていますので、ぜひ手に取ってご覧ください。

GORE-C-KNITキャンペーン

ゴアテックスのC KNITは、BackerTechnologyとって、裏打ちされたニットにヒミツがあります。感覚的には軽くしなやかになりました。

当店ではノースフェイスで体験できます。体験したらぜひ、プレゼントキャンペーンに参加してください。詳しくは店頭にて。

GARMINのGPS在庫あります

『OREGON650TCJ2』NEWモデル入荷



電源オンですぐ登山道ルーティングできます。新しくなった日本登山地形図(TOP010M V3)プレインストールされています。

またGPS機能は、日本の準天頂衛星みちびきと、ロシアのGLONASSに対応など、OREGONの性能が大幅アップしました。

地形陰影の表示は仕様そのままに、タッチパネル操作、カメラ機能も対応。 **¥99,000**

ユーグレナ&ベネクス ポイント10倍



キャンペーン期間 4/1(水)~4/20(月)
期間中、ハイ・ユーグレナ及びベネクス製品を、現金またはデビットカードで購入すると、ポイント10倍(10%)です。

おすすめは

★ハイ・ユーグレナ (1ボトル¥7,000)
7ボトルセット **¥42,000**



これからはTシャツ・ハーフパンツが主流になりますが、次のアイテムも人気です。

★2WAYコンフォート **¥3,600**
★アイマスク **¥2,900**
★リカバリークロス **¥8,000**



1996年に誕生して19年！ 日本上陸12年！

MBTシューズは「世界最小のフィットネススタジオです」というキャッチフレーズで日本での販売がスタートしました。初めの頃は「画期的な靴」ということで、姿勢改善や腰痛改善を目的に多くの方が購入され、高評価をいただきました。同時に、重い、カッコ悪い、疲れるなどという評価もいただきました。「いろいろ言われる」ということは、「何も言われたい」ということよりも、「気にされていた」ということで、結果的に日本国内で60万足(推定)以上販売され、12年経った現在でも、多くのMBTユーザーに支持され、また、新規MBTユーザーが増えています。



登山や旅行を満喫できる足腰を作る

アウトドアショップのバルフィールドがMBTシューズをおすすめする理由はここにあります。登山の下山時に膝を痛めたりするのは、複合した原因の中の一つに、筋肉バランスの悪さもあります。これは、日常生活が大きく影響していると言われてます。だからこそ、日常生活で筋肉バランスを整え、登山や旅行に備えましょう。

アンバランスなだけのシューズとはココがちがう

MBTシューズの丸いソールや、マサイセンサークッションなどの世界特許は、10年で公開されており、「マネ」をしても何の問題もありません。しかし、MBTシューズには『バランスエリア』と言われる非公開の独自構造があり、その構造から発する信号が筋肉に命令を出し、歩行時や立位での筋肉バランスを整えます。

期間中、MBTシューズ購入でお買物券が当たる

- 抽選で『PAL お買物券1万円』3名に当たる期間中、MBTシューズ1足購入毎に、抽選券1枚
- 期間終了後、抽選で3名の方に『PAL お買物券1万円分』をプレゼントします。
- ★期間中、MBT購入金額(税込)より、1足につき1,000円引きします。
- ★期間中、MBTソール補修補助券500円分プレゼント。(他のMBTシューズ補修にも使えます。)

MBTシューズの効果を最大限に引き出す

MBTシューズは身体全体の筋肉バランスを整え、姿勢改善を促進する環境を作りますが、それをより有効にするために、足(足首から下)の骨格バランスの改善が必要になります。詳しくは次ページの、スーパーフィートでご説明します。

2015NEWモデルPICKUP!



MBT1996 **¥25,000**
319・320W
ファンゴ・ターキーブルー



キブリ5 **¥28,000**
309・310・311W
ブラウン・ターキーブルー・ブラック



MBT1996 **¥25,000**
318・319・320M
レッド・ターキーブルー・ファンゴ



サブトラトレイル **¥25,000**
360・361・362M
ライム・チャコールグレー・ブラック



リーシャトレイル **¥25,000**
335・336・337W
グレー・ベイビーピンク・ブラック



エムアリカ **¥33,000**
312W
ブラック



キズム5 **¥29,000**
341・342M
ホワイト・ブラック



フルアプロフェ **¥27,000**
338・339
ホワイト・ブラック

扁平足、外反母趾など、足骨格バランスが悪い方には『スーパーフィートプレミアムインソール』の使用を合わせてお勧めします。

お知らせ

MBTシューズ ソール張替えサービスは、2015年3月末日にて終了いたしました。
★ソールの部分補修は継続対応しています。

野島セレクト『ニュートラルポジション成型』カスタムプレミアムインソール

SUPERfeet®

ニュートラルポジション型

“これがスーパーフィート”

人間は足(足首から下)のすばらしい機能を絶妙に、しかも無意識に駆使して、歩いたり走ったり、飛んだり跳ねたりします。

これは、足の骨格の組み合わせにより、着地する時には衝撃を吸収する「柔らかい足」になり、蹴り出す時には反発する「硬い足」に切り替わります。

その切り替わる時、必ず「ニュートラルポジション」を通過します。イメージするとシーソーのような感じです。

スーパーフィートは、このニュートラルポジションを導き出し、インソールにインプットするもので、アーチサポート型やクッション型とは、全く異なった理論のインソールです。

スーパーフィートは足病医学から誕生



スーパーフィートはアメリカで、2人の足病医師によって開発された、足骨格への矯正力を持つ唯一のインソールです。

足は26個(28個とも言われる)

の骨により構成されています。この骨は常に動いています(可動)。

ところが、骨格のバランス(骨格の組み合わせ)がくるとなると、衝撃吸収や反発する機能が低下します。

また、足首より上部にある膝や腰・肩・首などに影響を及ぼすと言われています。足のサイズや脚の長さが同じでない場合、骨格のアンバランスが生じているかもしれません。

「ニュートラル理論」とは“元へ戻す”ということです。スーパーフィートでバランスを元へ戻しましょう。



スーパーフィートにはトリムとカスタムがある

スーパーフィートと聞くと、すでに「知っている」「使っている」という人も多いと思います。

それもそのはずで、愛媛県に於いても、ほとんどのアウトドアショップやメガスポーツ用品店などで販売しています。今まで取り扱いをしていなかったのは、パルフィールドぐらいなものです。



★それには理由がありました。
トリムを知ってカスタムがあり
カスタムを理解するために
トリムがある。



スーパーフィート カスタム

¥9,200~

今回、野島がおすすめるモデルはこの「カスタム」です。トリムも素晴らしいモデルなのですが、1点だけ・・・！それは左右同じであるということです。

私自身、今までMBTシューズ、登山靴、インソールを勉強した中で確信していることは、「ほとんどの人の足は左右同じではない」ということです。

例えば「右の外くるぶしが当たって痛い」とか「最近、右の外反母趾に痛みが出だした」など、マラソンの人も自転車の方も、登山の方も、多くの方がこんなストレスを抱えています。

カスタム取扱いは専用の設備と講習終了が必要となりますので、四国内でも当店を含め2社のみとなっています。

スーパーフィートカスタムは万能ではありませんが、かなり期待値の高いインソールです。



ブラック ¥9,200
ランニング、自転車、
日常使用の靴に

グリーン ¥15,000
登山靴におすすめ

PALスーパーフィートキャンペーン ~4/30

期間中、スーパーフィートインソールお買上げの方より
抽選により

10人に1人の割合で

ご購入インソールと

同額分(税抜)のお買物券をプレゼントします。

※当選したお買物券は、他の商品のお買物にもご利用になれます。(有効期限 平成27年12月30日)

★例えば スーパーフィートカスタムブラックなら¥9,200
スーパーフィートトリムグリーンなら ¥5,700

のご購入で当選されますと、それぞれ同額の(カスタムで¥9,200)PALお買物券を郵送させていただきます。

スーパーフィートインソールをご購入の場合は、試し履き用インソールで体験して頂きますので、必ず、装着予定の登山靴やウォーキングシューズをご持参ください。

★カスタムインソールの作成時間は20分程度です。

登山靴・ウォーキングシューズにスーパーフィート



足の骨格がニュートラルポジションに入ると、踏ん張りたい時に「スーッ」と踏ん張ることができる感じになります。

足にもアライメントがあります。くるったアライメントでのウォーキングは、十分な効果を期待できません。

MBTシューズとスーパーフィートは相性が良い



足の骨格バランスに正しいニュートラルポジションを導くと、不安定を絶妙にコントロールし、筋肉バランスを改善します。

そろそろ夏山登山の準備をしましょう！石鎚山も富士山も



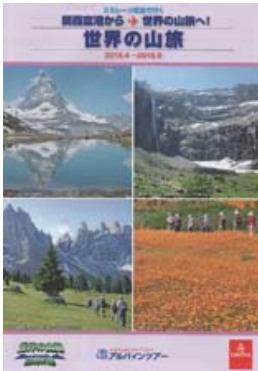
登山ガイド「旅八」2015 2015版パンフレット入荷

旅八は高松市にある登山専門の旅行会社です。

少人数で行く上質なガイドプランが人気です。

ゆったり・じっくり・元気・岩稜、4つのガイドプランを用意しています。

連絡先 087-802-1248 (ハタ)



世界の山旅2015前期

世界の山旅を手がけて46年のアルパインツアーの山旅は「ハイキングを楽しむ山旅」です。

今回のパンフレットは4月～9月のプランをご案内しています。

連絡先(大阪)06-6444-3033

好日山荘 登山学校

好日山荘では、登山や自然を安全に楽しんでいただくために、その中で一番重要な基礎的知識や技術に重点を置いて、登山学校を机上講座と実技講座に分けて開催しています。詳しくはパンフレットをご覧ください。



富士山(3,776m)登山

旅行行程 8/8(土)～8/9(日)

1泊2食付 9/5(土)～9/6(日)

東京新宿西口集合解散 **¥29,000**

大阪梅田集合解散 **¥33,000**

募集人員 25名

海外登山・トレックは4コース

- スイスアルプス 9日間 6/24～7/23 7/23～7/31 **¥425,000**より
- カナディアンロッキー 8日間 6/17より4コース **¥391,000**より
- 玉山登頂 5日間 5/17より4コース **¥249,000**より
- キナバル 5日間 5/14より5コース **¥224,000**より

登山靴は楽しく安全な登山の重要アイテム 早めに慣らしておきましょう

zamberlan

1929年にジュゼツヘ ザンバランによって創業された登山靴の専門メーカーです。

ノルウィージャン製法により、足型にピッタリ沿うように形作られています。

Fujiyama NWGT



フジヤマNW GT **¥45,000**

重量：820g(EU42片足)

カラー：ブラウン

スウェードレザー

Pasubio GT



パスビオGT **¥29,000**

重量：600g(EU42片足)

カラー：ネイビー

マイクロファイバー

Spark GT Women's



スパークGT **¥36,000**

重量：670g(EU38片足)

カラー：ライトグレー

×パープル

人気の甲高幅広モデル

LOWA



メリーナGTX **¥27,500**

重量：600g(UK5片足)

カラー：キセールボシヨレ

軽量幅広3Eプラス

SIRIO



PF302 **¥17,000**

重量：680g(26cm片足)

カラー：コーヒーブラウン

軽量ミッドカットブーツ

berghaus



EXPトレック **¥17,000**

重量：450g(UK4.5片足)

カラー：グレー・ブラック

人気のテクニカル

MAUNTEEN



トランゴS EVO **¥42,000**

重量：610g(EU38片足)

カラー：レッド

フィッティング性に

優れたラスト

Grandking



GK64-02W **¥17,500**

重量：520g(24cm片足)

カラー：ピンク・パープル

SUPERfeet

カスタムプレミアムインソールで
登山靴をチユンナップ

シーズン直前、靴のお手入れ。

純正インソールをお使いの方は、まずは『スーパーフィート トリム』を。スーパーフィートトリムをお使いの方は、ぜひ『カスタムプレミアムインソール』をお勧めします。

昭文社 山と高原地図入荷



ラインナップ59のうち、29あります。

地図は登山の標準装備。各**¥1,000**

ハルディックウォーキング体験会
参加者募集

日時：平成27年5月24日(日)

午前10:00～2時間程度

場所：松山中央公園

参加費：500円

ポールレンタル：300円

お申込みは、店頭または

お電話にて 089-971-1141

