

# XERO SHOES®

## ゼロシューズって何？

ランニングやアウトドアイベントで必ず受ける質問があります。「私のような初心者でもゼロシューズを履いていいんですか？」その時、私は決まってこう答えます。「もちろん大丈夫！ぜひゼロシューズを活用して下さい！」遠慮なく、どなたでも履いてみてください。ゼロシューズは、歩く楽しさや走る楽しさ、身体の使い方を教えてくれる、新感覚のシューズです。



## 「NATURAL MOVEMENT」ナチュラルムーブメントとは？

ナチュラルムーブメントとは、直訳すると自然な動き。私たち人間の身体が最もスムーズに動く自然な身のこなしのことです。人間は生まれたときから、行動したときに受ける衝撃を身体で吸収できるようにできています。しかし、クッションに優れたシューズを履くと、自らの身体で衝撃を吸収することをサボってしまいます。これは靴に頼っている不自然な状態です。不自然な状態で運動を続けると身体のバランスを崩し、関節痛など故障の原因につながることがあります。ゼロシューズは従来のシューズと異なり、あえてクッション材やサポートを極力減らし、より素足に近い構造を目指しています。この素足に近い状態でいつものように行動すると、着地したときに感じる衝撃の大きさに驚かされます。ゼロシューズが、クッションの高い靴では気付けない体への負担を教えてくれるセンサーのような役割をしてくれるのです。そして、足首や膝・腰といった身体のバネ・サスペンションとなる箇所を上手に使うことで地面に足を接地したときに、私たちが本来備えている衝撃を抑える身体の使い方を体感することができるのです。日常生活やトレーニングにゼロシューズを取り入れることで自分の身体を見直し、負担が少なくより省エネで行動できる体の使い方が見えてくるのです。ゼロシューズはダメージの少ない理想的なフォームを身につけるのに最適なシューズです。



# XEROSHOOES®

## ~ XEROSHOOES LINEUP ~

### 【SPORTS SANDALS】

ゼロシューズの理想を形にしたハイパフォーマンスサンダル

■おススメ用途／ウォーキング、ハイキング、ランニング、トラベル、キャンプ

■モデル／



**CLOUD**



**TREK**



**TRAIL**

### 【NATURAL MOVEMENT】

アクティブな使い方に対応するテクニカルシリーズ

■おススメ用途／ランニング・ウォーキング・ハイキング・フィットネス・スラックライン

■モデル／



**PRIO**



**W's PRIO**



**DAYLITE HIKER**

### 【NATURAL STYLE】

キャンバスやレザーが日常生活に溶け込むカジュアルシリーズ

■おススメ用途／デイリーユース・トラベル・ビジネス・キャンプ

■モデル／



**HANA**



**LENA**



**COALTON**