

園部先生

おはようございます！

4月27日にお伺いしインソールを作って頂いた北村ポーリンです。

インソールを使い始めてちょうど2週間経ちましたが、あまりにも奇跡的で嬉しくて、色々ご報告したくメールをしています。

まずインソールを使い始めてから2日後、長距離・長時間トレーニングで山に行ってきました。

高尾山口スタート～陣馬山～奥多摩の三頭山～御岳山ゴールという52km、累計標高4100m+、18時間、トレイルを歩いたり走ったりしました。

普段は右の踵が絶対に痛くなって、かばいながら何とか歩いています。もちろん脚も体もへトへトへロへロになります。

しかし、今回は園部先生が私がクリニックを出るとき最後に掛けてくれた、「身体、もう疲れないよ！」という言葉どおりでした。

こんなにハードな行程でも足裏も脚も体全体も、まったく疲れませんでした！！正直信じられないくらいです。（登りがあまりにも多くて心は疲れたけれど(^^;)）

とにかく、一歩一歩が安定して、しっかり足を地面に置きながら体をしっかり使える感覚でした。

翌日は筋肉痛なし、疲れもまったく残らず、また行けるかもというくらい調子よかったです！もう心からびっくりです。（自分が強いかと錯覚しちゃうくらいです（笑））

このロングトレーニングのわずか2日後に今度はお仕事（アドベンチャーディバズのテント泊縦走ツアー）で5泊6日の縦走をしてきました。

6日間かけて、85キロ、累計標高8100m（1合目から山頂mで富士山2回分！）、しかも15kgのバックパックをずっと背負って日々8～11時間歩き続けました。

これがまた奇跡的にまったく疲れず、そして踵も一切痛くならず歩き切れしました。本当にすごいです！（自分がじゃなくてインソールが！）

奇跡的です！仕事も趣味もまた楽しめるようになりました！

そして8月末のヨーロッパでのPTL大会も何とか完走できるかもという希望も湧いてきました！（<http://utmbmontblanc.com/en/page/23/23.html>）

本当に本当にありがとうございます！！

しかし、なぜ0.5mmづつの調整で体がこんなに変わるのだろうか？

アドベンチャーディバズのお客さまからよく膝が痛い、腰が痛い、足裏が痛いと聞いていますが、みんな我慢しながら山に行ったり生活をしているみたいです。

もしかして足裏から来る体のバランスに問題があるのだろうか？みーんな園部先生のところに送り込みたいです！

そしてあまりにも凄いので自分でももっともっと勉強してみたいです。（まずはこの前買った本を熟読します）

長文になってしまいましたけれど、こんなに効果と体が変身する「治療」に出会うのは初めてです。

たぶん、開業したばかりでとても忙しいと思いますが、少し落ち着いたらぜひぜひ、あちこち痛くて悩んでいる家族や周りの友達に園部先生を紹介させてください。

でもまずは自分の足と体を！（^^）

今後ともどうぞよろしくお願い致します。

アドベンチャーディバズ代表取締役

北村ポーリン