




應用位置:	上背部
應用類別:	上背的姿勢矯正
應用症狀:	上背軟弱無力
貼布形狀及數量:	2塊 I 形貼布
施貼姿勢:	坐下

活力肌腱貼 - 上背的姿勢矯正 - 應用步驟說明

1.	<ul style="list-style-type: none"> ● 挺直背部坐下，把 I 形貼布由背部中間位置開始，沿著右邊肩胛骨方向貼上。 	
2.	<ul style="list-style-type: none"> ● 把另一塊 I 形貼布由背部中間位置開始施貼，與第 1 塊 I 形貼布的開端位置重疊，沿著左邊肩胛骨方向貼上。 	
3.	<ul style="list-style-type: none"> ● 把身向前俯，並垂下肩膊，把兩邊貼布拉展再貼上。 	
4.	<ul style="list-style-type: none"> ● 把左右 2 邊 I 形貼布的末端，分別順勢貼於左右肩膊上。 ● 最後，背部挺直放鬆，貼布組合呈「V 字」狀，見完成圖。 	