



# ゴルフの皮膚トラブル

ボルダースポーツからの提案

グローブしても出来る **手のマメ**

歩き過ぎて足に！！

**まめ・靴ずれ・股ずれ**  
(ウェアずれ)

**ボルダースポーツで  
摩擦によるトラブルを防止！！**

## 使用の方法

- 1、スタートや練習前に  
手の平・足や、股・脇などのウェアずれでいつも困るところにすり込みましょう。
- 2、量はどのくらい？  
手の平や片足にそれぞれゴルフボール1個程度をすり込みましょう。  
股にも1～2個よくすり込みましょう。そして乳首や脇にもすり込みましょう！！



MADE IN U.S.A.