

これさえあれば歩ける！歩き方チェックリスト

No.	チェック項目	チェック
1	地面に立ったか	<input type="checkbox"/>
2	左足を地面に残し、右足を上げたか	<input type="checkbox"/>
3	右足を少し前に出したか	<input type="checkbox"/>
4	右足を降ろし、地面につけたか	<input type="checkbox"/>
5	右足に体重を移動したか	<input type="checkbox"/>
6	右足を地面に残し、左足を上げたか	<input type="checkbox"/>
7	左足を右足の少し前に出したか	<input type="checkbox"/>
8	左足を降ろし、地面につけたか	<input type="checkbox"/>
9	左足に体重を移動したか	<input type="checkbox"/>
10	左足を地面に残し、右足を上げたか	<input type="checkbox"/>
11	右足を少し前に出したか	<input type="checkbox"/>
12	右足を降ろし、地面につけたか	<input type="checkbox"/>
13	右足に体重を移動したか	<input type="checkbox"/>
14	右足を地面に残し、左足を上げたか	<input type="checkbox"/>
15	左足を右足の少し前に出したか	<input type="checkbox"/>
16	左足を降ろし、地面につけたか	<input type="checkbox"/>
17	左足に体重を移動したか	<input type="checkbox"/>
18	左足を地面に残し、右足を上げたか	<input type="checkbox"/>
19	右足を少し前に出したか	<input type="checkbox"/>
20	右足を降ろし、地面につけたか	<input type="checkbox"/>
21	右足に体重を移動したか	<input type="checkbox"/>
22	右足を地面に残し、左足を上げたか	<input type="checkbox"/>
23	左足を右足の少し前に出したか	<input type="checkbox"/>
24	左足を降ろし、地面につけたか	<input type="checkbox"/>
25	左足に体重を移動したか	<input type="checkbox"/>
26	左足を地面に残し、右足を上げたか	<input type="checkbox"/>
27	右足を少し前に出したか	<input type="checkbox"/>
28	右足を降ろし、地面につけたか	<input type="checkbox"/>
29	右足に体重を移動したか	<input type="checkbox"/>
30	右足を地面に残し、左足を上げたか	<input type="checkbox"/>
31	左足を右足の少し前に出したか	<input type="checkbox"/>
32	左足を降ろし、地面につけたか	<input type="checkbox"/>
33	左足に体重を移動したか	<input type="checkbox"/>
34	左足を地面に残し、右足を上げたか	<input type="checkbox"/>
35	右足を少し前に出したか	<input type="checkbox"/>
36	右足を降ろし、地面につけたか	<input type="checkbox"/>
37	右足に体重を移動したか	<input type="checkbox"/>
38	右足を地面に残し、左足を上げたか	<input type="checkbox"/>
39	左足を右足の少し前に出したか	<input type="checkbox"/>
40	左足を降ろし、地面につけたか	<input type="checkbox"/>
41	左足に体重を移動したか	<input type="checkbox"/>
42	左足を地面に残し、右足を上げたか	<input type="checkbox"/>
43	右足を少し前に出したか	<input type="checkbox"/>
44	右足を降ろし、地面につけたか	<input type="checkbox"/>
45	右足に体重を移動したか	<input type="checkbox"/>
46	右足を地面に残し、左足を上げたか	<input type="checkbox"/>
47	左足を右足の少し前に出したか	<input type="checkbox"/>
48	左足を降ろし、地面につけたか	<input type="checkbox"/>