

# 「ラテラル・ライン」を解説

## 特徴①

体の「外側」を通る  
アナトミートレイン

「足裏～首」までを走行する  
アナトミートレイン

## 特徴②

「体を左右に振る」などの  
「外側の動き」が  
可能になっている

## 特徴③

「体のひねり運動」の  
ブレーキ役

## 他のアナトミートレインとの繋がり

スパイラル・ライン  
バック・ファンクショナル・ライン  
同側ファンクショナル・ライン  
ディープ・フロント・ライン  
スーパーフィシャル・フロント・ライン