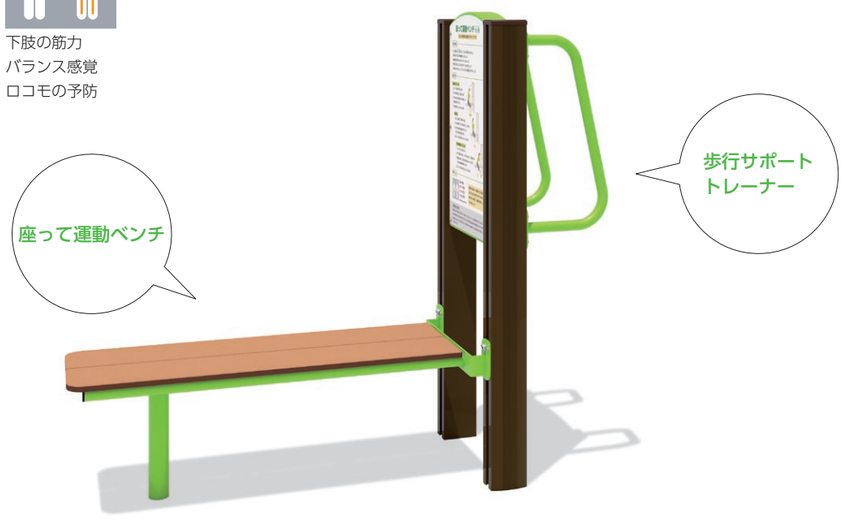
ATA-0153（座って運動ベンチ+歩行サポートトレーナー） ¥850,000＋消費税



脇腹の柔軟
肩周りの柔軟
太ももの筋力
太ももの柔軟



下肢の筋力
バランス感覚
ロコモの予防



- W500×D1665×H1500
- 55kg

座って運動ベンチ　座った状態で楽に様々な運動ができます。ベンチは1200mmの長さで、運動だけでなく休憩や団らんとしても使うことができる汎用性が高い製品です。

歩行サポートトレーナー　健康寿命の延伸につながるロコモ予防を目的とした下肢運動ができる製品です。軽めのスクワットやかかと上げ、片足上げなどの運動が行えます。（ロコモについて➡p.238）



左右の脇腹をストレッチ



片足ずつ足を上げて
太ももの筋肉を使う



バーを握ってスクワット



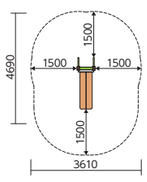
バーを握ってかかとの上げ下げ

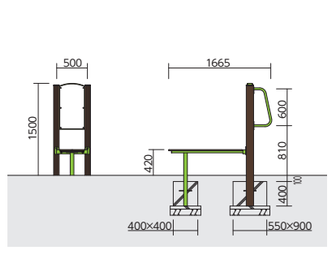


バーを握って片足を交互に一定時間上げる運動



片足ずつ足を前に出して
太もも裏をストレッチ

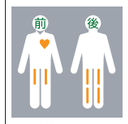




支柱▶アルミ押出形材／アルマイト電着塗装仕上
金物類▶鋼材／カチオン電着、粉体塗装仕上
ボード類▶高密度ポリエチレン板（ノンスリップ加工）
表示板▶アルミ複合板、インクジェットシート貼り（両面）

▶各運動の効果には個人差があり、すべての方に同様の結果を保証するものではありません。
●掲載価格は全て本体価格+消費税です。製品に関わる運賃・組立費・据付費・基礎工事費等は別途となります。

ATA-0154（踏み台昇降+歩行サポートトレーナー） ¥810,000＋消費税



下肢の筋力
心肺機能
有酸素運動



下肢の筋力
バランス感覚
ロコモの予防



- W600×D940×H1500
- 50kg

踏み台昇降　踏み台昇降はステップ運動を行うことができ、一定時間続けると有酸素運動としての効果も期待できる製品です。日常の運動習慣づくりにも適していて、健康寿命の延伸にもつながることが期待されます。

歩行サポートトレーナー　健康寿命の延伸につながるロコモ予防を目的とした下肢運動ができる製品です。軽めのスクワットやかかと上げ、片足上げなどの運動が行えます。（ロコモについて➡p.238）



腕を振りながら踏み台を昇り降り



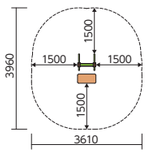
バーを握ってスクワット

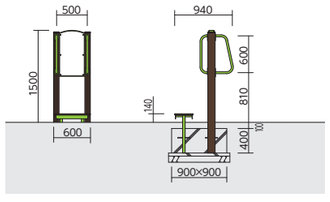


バーを握ってかかとの上げ下げ



バーを握って片足を交互に一定時間上げる運動





支柱▶アルミ押出形材／アルマイト電着塗装仕上
金物類▶鋼材／カチオン電着、粉体塗装仕上
ボード類▶高密度ポリエチレン板（ノンスリップ加工）
表示板▶アルミ複合板、インクジェットシート貼り（両面）

▶各運動の効果には個人差があり、すべての方に同様の結果を保証するものではありません。
●掲載価格は全て本体価格+消費税です。製品に関わる運賃・組立費・据付費・基礎工事費等は別途となります。