

TVを見ながら手軽に踏み台昇降！運動不足・元気がない・階段が怖い・脚腰を鍛えて、若々しく！

「空き時間にパパッと足腰強化ができる！」

手軽に足腰強化をするには昇降運動がおススメ！TVを見ながら簡単に体を鍛えられるのが良いですね！足が接する部分は柔らかく素材で音がないのもポイント！昇降運動とストレッチが手軽にできるうえ、骨盤クッションとしても使用できる場所がお気に入りです。

おしゃれな新色追加！



ワインレッド

ブラウン



砂浜みたいな踏み心地！

砂浜を歩くような「ムギユツ」とする踏み心地で、足指までしっかり使えます。

3週間で驚きの結果！



ウエスト サイズダウン！

Aさん -4.8cm
Bさん -2.4cm
Cさん -4.0cm

・48～59歳、健康女性4名中上位3名の表記
・最小値-2.3cm～最大値-4.8cm
・モニター期間/平成27年5月15日～27年6月5日の3週間

※1日5分以上商品を使用 ※写真はAさん

- 下腹
- 太もも
- ヒップ
- ふくらはぎ



グリーン

POINT2 昇降運動

踏み台昇降

脚が上がって、しっかり骨盤を使っている。

ウォーキング

脚が上がらず骨盤を使っていない。

普段使わないうちの筋肉をしっかりと刺激！

POINT1 傾斜

骨盤を締める

内側傾斜

骨盤を前に倒す

昇り傾斜

二つの傾斜で骨盤を正しい位置へ

傾斜+昇降運動で骨盤補整と筋肉刺激

ヒミツはコチラ！

骨盤を整えてウォーキングの3倍の効果に！

本商品は、内側傾斜と昇り傾斜が骨盤に働きかけ、さらに柔らかく素材でバランスを取りながら体幹を使って鍛えることにより、整えた骨盤をしっかりとキープします。

NEW インテリアに合わせて選べる3色！





0000 ワインレッド 0000 ブラウン 0000 グリーン

スリムルームステッパー

■材質/表生地: ポリエステル、ポリウレタン
側面生地: ポリエステル、ナイロン クッション材: ウレタン 本体: ポリプロピレン ■サイズ(約)
幅41×奥行35×高さ19.5cm ■中国製

7,900円+税

室内だから安全・安心

骨盤クッションとして

内側傾斜が座るだけで骨盤周りのストレッチ。

脚まくらとして

ほど良い高さで、しっかり脚も伸びてリラックス。

中臀筋の筋活動が増加！

人気 整体師もおすすめ！

被験者	ウォーキング時 (mV)	本品使用時 (mV)
被験者1	約10	約2.7倍
被験者2	約10	約2.4倍
被験者3	約10	約2.9倍

中臀筋の活動量 (mV)

※成人女性(50代) 3名中3名の結果 ※試験日/2014年4月30日 ※名古屋市立大学調べ

手軽に運動不足を解消するには昇降運動がおススメです。このステッパーは表面の足を踏み込む部分が柔らかくなっているため、砂浜を歩くような感覚でより負荷をかけて筋肉を刺激することができます。また、それと同時に柔らかい場所の上ではバランスをとる必要があるため、インナーマッスルにもしっかりとアプローチすることができます。

PR:IDEA 高田麻理恵 代表 池村 聡文 先生