

背筋

気になる肩

腰の悩み

ぶらさがらない

のびのび健康器

1日
10秒

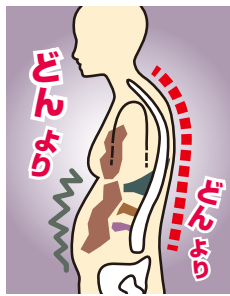
こんな人におすすめ!

- 子供に背中を踏んでもらいたい人
- 握力がなくてぶらさがれない人
- 肩が上がりづらい人

ぶらさがる運動は、脇を伸ばし広背筋を動かすのに最適な運動と言えます。しかし、体重を支える握力が必要だったり、全体重を掛けるため負担も大きく、場所を取る為なかなか手軽にはできません。本品は、寝転がりながら自分の加減で同じような運動をご自宅で行うことができます。



全面の筋肉をのばす・背骨のS字カーブが大事!



どんより猫背

- 猫背姿勢でさえない
- 肩・首・背中の悩み
- 老けて見られる



のびのび姿勢

- 姿勢良くスッキリ
- 関節可動運動
- 活性サポート

猫背姿勢で生活を送っていると、次第に筋肉が衰え、背骨も曲がった状態でコリ固まりがちに。首・肩のコリや背中中のハリ、肩も上がりにくなってきます。前面にある複数の筋肉をしっかり伸ばし、背骨のS字カーブを作り出すことで、スッキリとした姿勢で疲れにくい健康的な状態を目指しましょう。

押し上げ部位も調整自由!



ぶらさがらず全身のびる!
握力要らず!



持ち手を下げれば押し上がる!

軽い
2100g

組立
不要

しっかりグリップ
持ちやすい

負担をかけすぎない
やわらかな素材



男女
兼用

ストレッチトレーナーおすすめ!



ポジティブストレッチ 代表 齊藤 喬さん

背骨が曲がった猫背姿勢になると、前面にある筋肉は縮まった状態になってしまいます。猫背姿勢が慢性化すると、スムーズな日常生活を送れなくなり、首や肩も気になるように。背骨のS字カーブをしっかり作り、前面にある筋肉を伸ばしてあげるエクササイズを習慣づけることが大切です。本品は、テコの原理で軽い力で、しかも自分の加減でムリなく背中中のストレッチができるので、ご年配の方にもオススメです。

寝ながらぶらさがり健康器 0000

6,980円+税

- サイズ(約) 幅52×奥行81×高さ12cm
- 材質/クッション材:合成ゴム 構造部:スチール(鋼)
- 重量(約)/2100g ■耐荷重/100kg ■中国製



収納しやすい
平面構造