

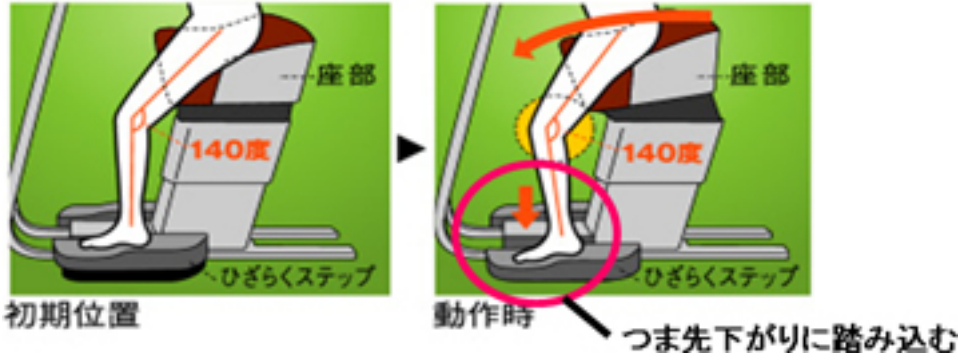
【特長】

1. 世界初 1「膝らく運動」方式を採用で、膝に負担をかけず運動が出来て、脚力アップ

他動式運動器具である「らくらくウォーク」の「膝らく運動」方式は、本体座部（シート）が左右斜め前に自動で前後し、V字のように動作します。座部に座り、この動きに合わせて足で「ひざらくステップ」を踏み込む「ステップ運動」をするだけで、脚力を鍛えることが出来ます。

(1)自動でV字に動く本体座部（シート）に座るだけで太ももの筋力³約1.6倍アップ

この「ステップ運動」は踏みこんで体重がかかると足元が沈み込み、歩いているときと同じような感覚を再現しています。また、足を踏み込む角度も、つま先下がりに踏むことができるように設計している為、脚の筋肉を前後バランスよく鍛え、ふとももの筋力³を約1.6倍にアップします。



(2)運動中の膝にかかる負荷はウォーキングの約1/8²

体重を本体座部（シート）で支えながら、膝の負担が少ない140度の膝角度で運動ができます。ステップを踏み込んだとき、足元の「ひざらくステップ」が沈み込むので、膝の負担が少ない角度を保ちながら運動することができます。膝の曲げ伸ばしを繰り返すウォーキングと比べると、膝にかかる負荷は約1/8²に軽減されます。ウォーキングやサイクリングなど膝を深く曲げた状態や曲げ伸ばしが必要な運動は膝への負担が大きくなります。また、膝を伸ばしすぎた状態だと運動効果が低下してしまいます。

「膝らく運動」方式は、膝への負担が少なく、運動効果が高い約140度の膝角度を常に保ちながら運動することができます。

また、本体座部（シート）の形状を股関節と膝、足先が一直線になるようにしているため、座部にV字運動中にも膝をひねる心配がありません。

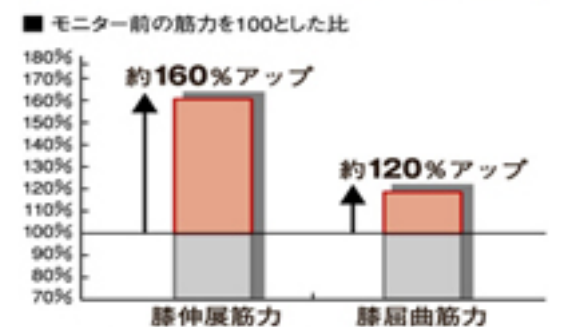
2. 高齢者でも使いやすい「大型操作パネル」

大型の操作パネルで、高齢者の方でも簡単に使用できます。運動時間とスピードを設定すると、ステップを踏んだ回数を表示し、運動量の目安がわかります。

本製品は一般家庭用です。
施設などで使用頂く場合には、別途メンテナンス契約も用意しています。



太ももの筋力(大腿筋)がアップ



※モニター調査場所:高知大学 期間:3ヶ月 週3回 15分/回
モニター数:13名

膝関節への負担(膝関節剪断力)

運動方式	膝関節剪断力 (N)
らくらくウォーク	80N
ウォーキング (6.7km/h)	650N

N: ニュートン

らくらくウォークは
ウォーキングの約1/8^{※2}



【仕様一覧】

品名	健脚フィットネス機器 らくらくウォーク
品番	EU6510
色	黒
使用電源	AC100V 50-60Hz
消費電力	75W
時間設定	5段階切替え (3~15分)
速さ調節	5段階 (0.6Hz ~ 1.6Hz)
適応体重	120kgまで
適応身長	約140~170cm
本体寸法	高さ約116×幅59×奥行102cm
本体重量	約50kg
付属品	ひざ角度定規・マット
生産国	日本