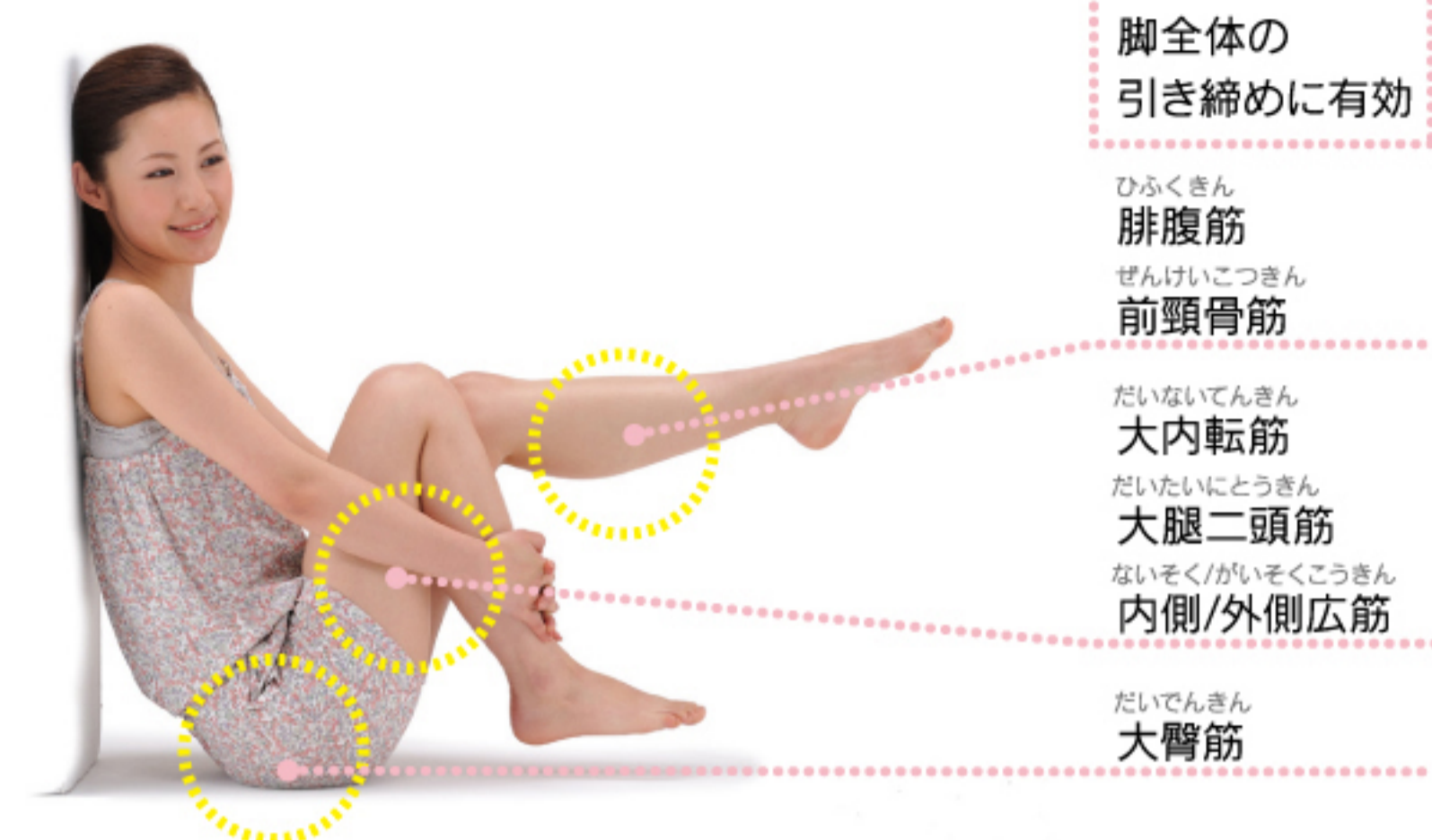


### 3, 下半身をバランス良く鍛えることができ、効果的に引き締め!

バランス良く脚全体の筋肉を使用し、ヒップアップにも効果的。さらにパワーバンドで負荷を調節でき、引き締め運動だけでなく、有酸素運動も可能。

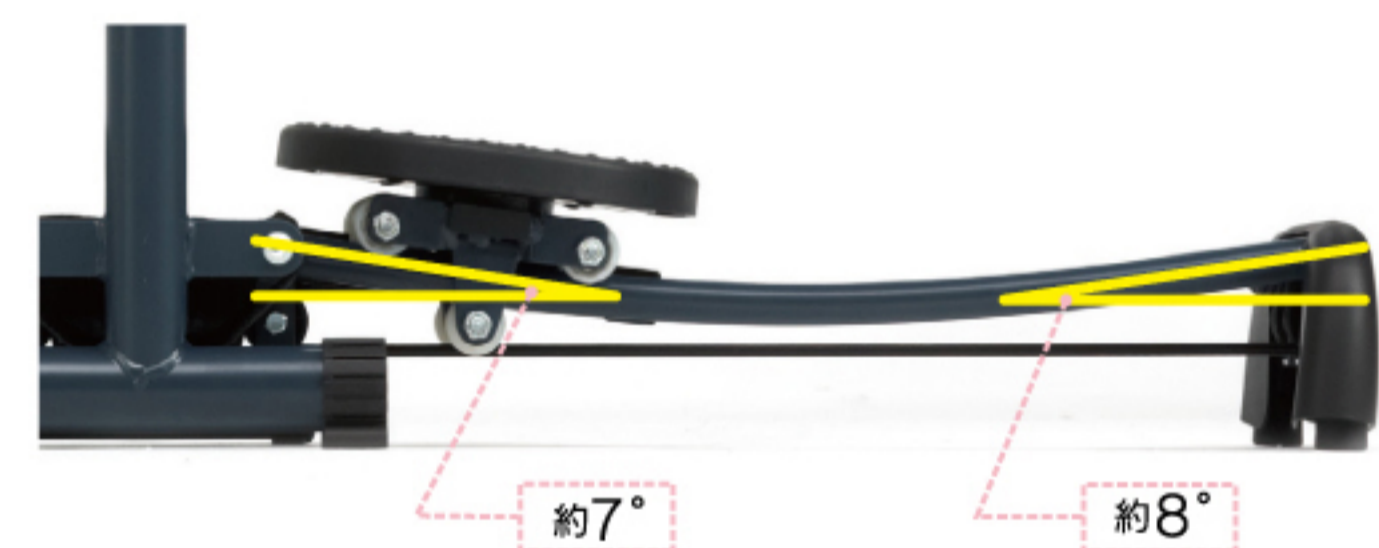


脚全体の引き締め有効

- ひふくきん 腓腹筋
- ぜんけいこつきん 前頸骨筋
- だいないてんきん 大内転筋
- だいたいとうきん 大腿二頭筋
- ないそく/がいそくこうきん 内側/外側広筋
- だいでんきん 大臀筋

### 4, 美脚を作る 7°と8°の傾斜

閉じる時に約7°、開くときに約8°の傾斜でさらに引き締め効果UP



### 6, 選べるカラー



品名	スピンスライダー
品番	A-H153NB (ネイビーブルー) A-H153IV (アイボリー)
仕様	■本体: 鋼, PP(ステップ台) ■安全使用荷重: 90kg以下 ■生産国: 中国
JAN	A-H153NB: 4948731012458 A-H153IV: 4948731012441
サイズ/重量	■製品: (約) W1,175×L365×H855・905・955mm (高さ3段階調節) ■収納時: (約) W275×L365×H630mm ■重量: 約9kg
梱包/重量	(約) W250×L350×H660mm / 約10kg

153\_04-111019

ご使用前に取扱説明書をよくお読みの上、正しくお使いください。

株式会社 **アテックス** TEL: 06-6799-8100 (代) <http://www.atex-net.co.jp/>

※ 意匠登録出願中(日本・中国・台湾)につきコピー製品の製造はしないでください。  
※ 製品改良のため、価格・デザイン・仕様を一部変更する場合がありますが、ご了承ください。

大阪体育大学  
健康・スポーツマネジメント学科  
石川 昌紀 准教授

フィンランド ユバスキュラ大学大学院修了  
専門はバイオメカニクス、神経生理学、研究分野は、ヒト身体運動中の神経筋機能、主な著書に「Tendinopathy in Athletes」(Biomedical Engineering in Exercise and Sports)。



「スピンスライダー」は、通常の開閉運動で、大内転筋、内側/外側広筋を使用し、横向きの開閉運動でも通常の動作では使わない下肢筋群が使用され、下肢全体をバランスよく鍛えることができる。さらに、パワーバンドを外側につけると運動強度を増加させ、より引き締め効果が期待でき、内側につけると、運動強度を軽減させ有酸素運動が可能となる。これらのことから、「スピンスライダー」は、下肢筋群に有効で、有酸素運動と併用でき様々な運動効果が期待できる。

### 5, 収納すると幅は約1/5に! 簡単収納



### 7, すぐにトレーニング

電源も、電池も不要でいつでも簡単にトレーニングを始められます。



ステップ台の最大開脚幅約92cm

■販売元

あづまや 東谷株式会社  
名古屋市中区栄4丁目17番地5号  
Tel 052(241)3077 Fax 052(241)3099  
<http://www.azumaya-kk.com/>

ATEX



**SPIN SLIDER**  
360° Exercise for beautiful leg

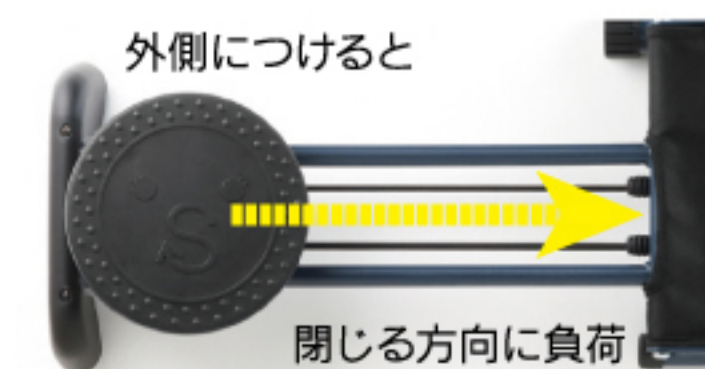
### 1, 360° 回転の 美脚エクササイズ

乗ってスライドするだけの美脚エクササイズに、回転機能付ステップ台がついて、横向きのエクササイズが可能に!! ステップ台が360°回転することで、今までの左右の動きにプラス、横を向いて前後の動きが加わり、バランスの良いトレーニングが可能。

### 2, 3つのレベルで運動効果UP! パワーバンド

パワーバンドで、お好みのトレーニングが可能

- ・レベル1 [内側に固定]  
開いたときに負荷がかかり、脚の外側の筋肉を使用します。  
有酸素運動を行いたい方、運動初心者の方に。
- ・レベル2 [パワーバンドの負荷を解除]  
開閉時にパワーバンドの助力がないので、自重のみの負荷がかかります。脚の内側に効果的。
- ・レベル3 [外側に固定]  
閉じたときに負荷がかかり、脚の内側の筋肉を最大に使用します。



ご販売店様用

ROOM ESSENCE

No.199

## 新商品企画書

スピンスライダー ロット1  
■実売価格 ¥8,800 (税込)

A-H153NB (ネイビーブルー)  
A-H153IV (アイボリー)



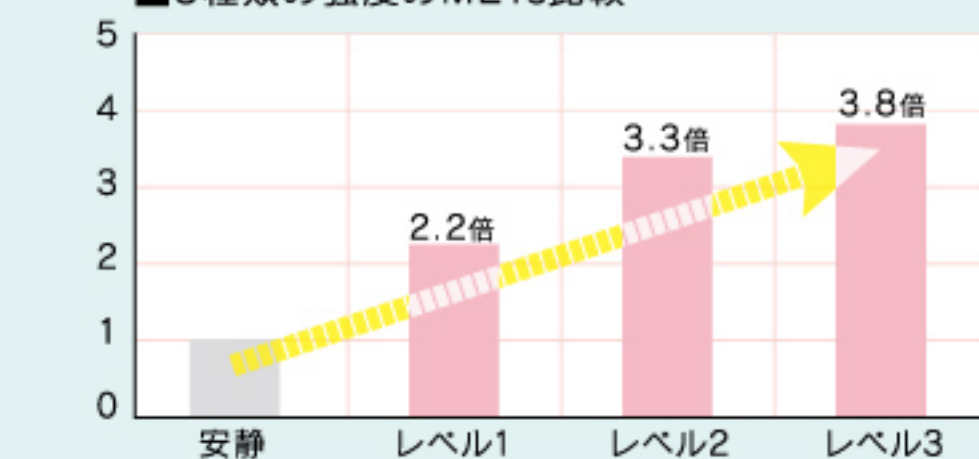
大阪体育大学  
健康・スポーツマネジメント学科  
豊岡 示朗 教授

東京教育大学大学院修了  
専門は体力科学、研究分野は運動と体脂肪燃焼から女性マラソンランナーまで幅広い。主な著書に「美脚ランニング読本」(女性のためのマラソントレーニング)など多数。



今までの開閉運動機器は、内転筋への負荷が強く、持続するのが難しいことが考えられた。この「スピンスライダー」の「強度1」での使用は、筋肉へのストレスが少なく、特に運動初心者や高齢者に適した「気持ちよいウォーキング相当」の強さとなり、テレビを見ながら運動を長く持続できるトレーニング機器と考えられる。これらのことから、「スピンスライダー」は脂肪燃焼効果のある有酸素運動に適した機器であり、「強度1」で10分間を、1日3~5セット、効果の出る運動方法としてお勧めします。

■3種類の強度のMETs比較



■近年輸送費も上昇しておりますのでご注文はまとめてお願いします。後日の返品は一切おこなえませんのでご了承ください。発送の不着、その他事故違いがありました場合はすぐにお申し出ください。後日の申し出には応じかねますので併せてご了承ください。■当社の商品は家庭用として作られておりお使いになる場合は、予めご相談ください。■ロット単位未満の発送、発送の場合、解梱の費用として1,050円(本体1,000円)の別途料金が必要。ログ搭載の仕様には品質改良の予告なく一部変更することがあります。■PL法加入済み  
※個人宅への直送も承ります。その場合通常商品は1,575円(1,500円)、大型商品は4,725円(4,500円)の別途送料が必要(北海道・沖縄・離島除く)。尚、大型商品は品番の後に●のマークが付いている商品です。