

▶ 開け閉め訓 立位・歩行の安定、姿勢の改善に

【主な特徴】

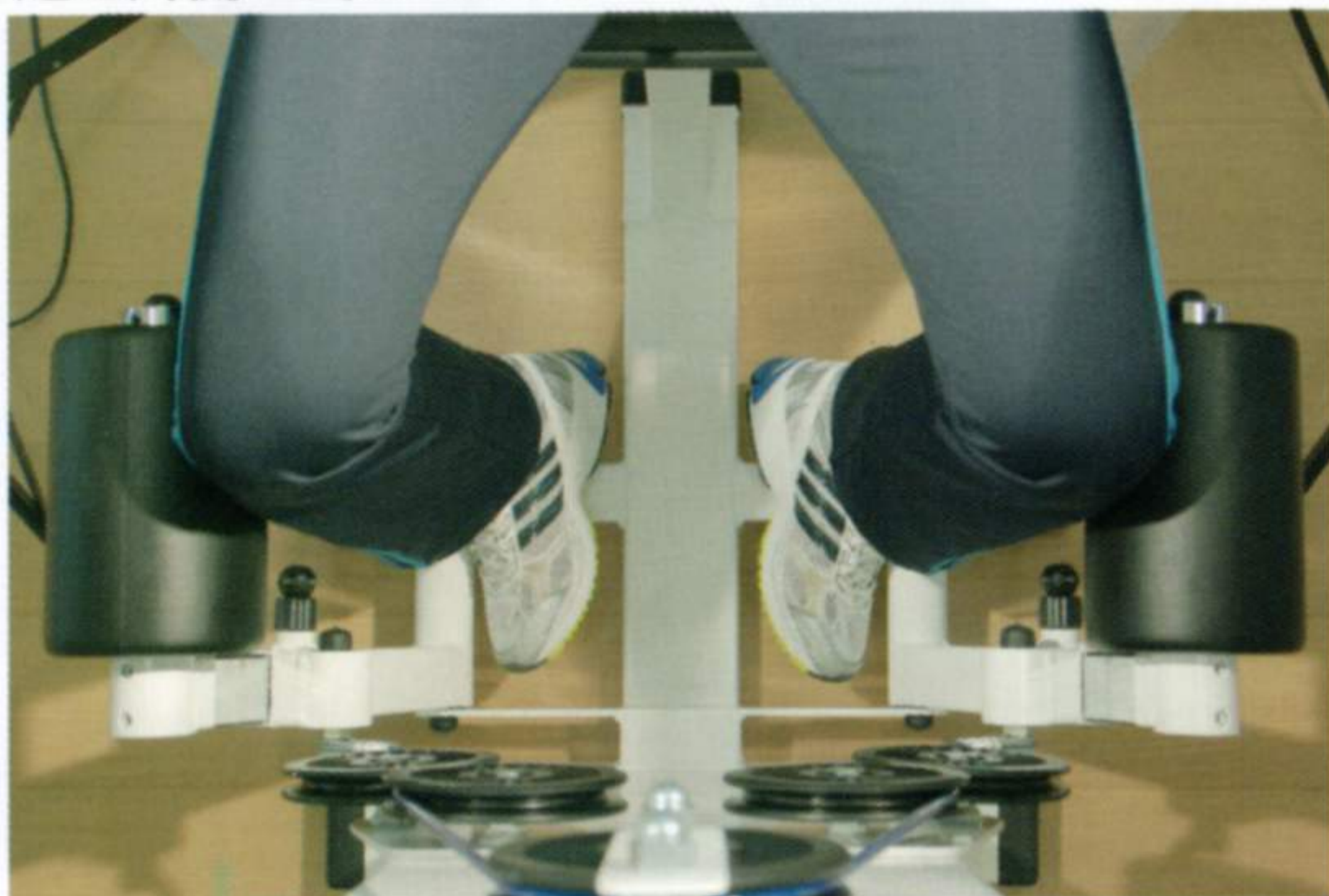
このマシンは「開ける」と「閉じる」の2つの運動が可能です。
このマシンの「開ける」運動では股関節周りの外側を、
「閉じる」運動では内側の筋力が向上し、
主に、立っている時や、歩行している時の左右の姿勢が安定し、
ふらつきの予防・改善になります。

■ 開ける運動

パッドの内側に足を置きます。



足を外側へ動かします。



■ 閉じる運動

パッドの外側に足を置きます。



足を内側へ動かしパッドとパッドを当てます。



開け閉め訓



【スペック】

商品名:開け閉め訓

商品番号:GK-003

寸法:幅700×長さ940×高さ1350mm

ウェイト:70kg

【トレーニング効果の主な部位】

