

▶ 膝上げ訓 歩行のつまづき、転倒予防に

【主な特徴】

このマシンは膝を引き上げる筋力を向上させると同時に、ご高齢者の転倒の要因ともなっているつま先加重を正常なバランスにします。主に、立っている時や、歩行している時の前後の姿勢が安定し、つまづきの予防・改善になります。

太ももにパッドを当て、グリップを握ります。



一歩前へ進みます。
この位置がスタートポジションになります。



■ 歩く運動

グリップの下を握り、足を交互に動かし、足踏みします。



■ 上がる運動

グリップの上を握り、膝を高く上げます。



膝上げ訓



【スペック】

商品名:膝上げ訓

商品番号:GK-004

寸法:幅720×長さ1145×高さ1560mm

ウエイト:70kg

【トレーニング効果の主な部位】

