

おうちでカンタン習慣

ずっと **ロコレッチ**

元気であるための

攻略本

40才 50才 60才 70才代
筋トレ&ストレッチ



「ロコレッチ」とは？

健康づくり・ロコモ対策に特化した、かんたん運動メニューつきの筋トレ&ストレッチシリーズです。40代からのロコモ対策におすすめです。

- POINT 1 軽い・やわらかい・コンパクトな道具で運動初心者にも親しみやすい
- POINT 2 健康づくり・ロコモ対策に特化した運動メニュー付き。中高年・高齢者もかんたん・やさしい・はじめてでもできる
- POINT 3 わかりやすく親しみやすいデザインでたのしく筋トレ&ストレッチができる

ロコレッチ® は羽立工業株式の登録商標です。商標登録番号 第5628194号

手先

✓ 手指を動かし刺激することがポイントです

5 **ハンドグリップリング**

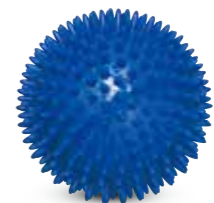


2コ **NH3100**
¥990 (本体価格 ¥900)

- サイズ:約φ7cm
- 重量:約38g/個
- 材質:サーモプラスチックラバー
- カラー:イエロー
- 原産国:台湾



6 **コロコロボール**



M **NH3102**
¥1,320 (本体価格 ¥1,200)

- サイズ:約φ10cm
- 重量:約135g
- 材質:非フタル酸ポリ塩化ビニル
- カラー:ブルー
- 原産国:台湾

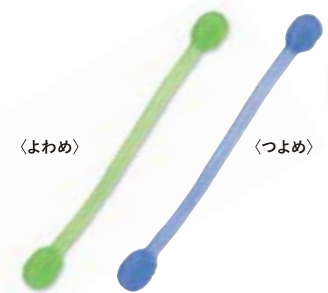


肩こり

✓ 肩、肩甲骨まわりの柔軟性がポイントです

1 **ロコチューブ**

- サイズ:長さ約35cm ●重量:約85g
- 材質:サーモプラスチックラバー ●原産国:台湾



よわめ **NH3001**
¥990 (本体価格 ¥900)

- 強さの目安:2kgの引っ張り力で約30cm伸びる(当社測定値)
- カラー:グリーン

つよめ **NH3002**
¥990 (本体価格 ¥900)

- 強さの目安:2kgの引っ張り力で約20cm伸びる(当社測定値)
- カラー:ブルー

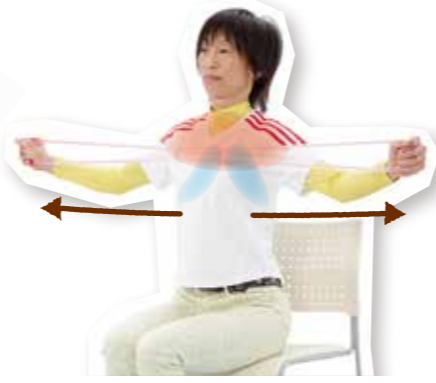


2 **ロコチューブダブル**



NH3006
¥1,980 (本体価格 ¥1,800)

- サイズ:長さ約40cm ●重量:約155g
- 材質:サーモプラスチックラバー
- カラー:ピンク ●原産国:台湾



ポイント

- 手のひらサイズの握りやすいグリップ
- イボイボが気持ちいい
- 2個入り

腰痛

✓ 腰を支えるお腹、お尻、背中をバランスよくトレーニングすることがポイントです

7 **ロコリング**



よわめ **NH3010**
¥2,970 (本体価格 ¥2,700)

- サイズ:約φ38.5cm ●重量:約195g
- 材質:グリップ/フォームラバー
- パイプカバー/フォームラバー、芯材/繊維強化プラスチック
- 強さの目安:2kgの押し込み力で5cmたわみ(当社測定値)
- カラー:グリーン ●原産国:台湾



お腹

8 **弾力に優れた厚手タイプ6mm。**

ストレッチマット (ケース付)

NH5600
¥4,620 (本体価格 ¥4,200)

- サイズ:173×61cm/厚さ6mm
- 材質:ポリ塩化ビニル
- 原産国:中国



〈専用ケース〉

- カタログで表示の重量などは設計値です。実測値が設計値と若干異なる場合がございます。
- やむをえない事情により、価格の変更・生産完了となる場合がございます。
- カタログ有効期限は2023.1~2023.12です。**
- カタログ内の情報は、2022年12月時点での自社調査に基づきます。発行：2023.1**

ひざ痛

✓ もも全体のトレーニングとひざまわりの柔軟性がポイントです

3 **小さいバランスボール**



20cm **NH3000**
¥990 (本体価格 ¥900)

- サイズ:約φ20cm ●重量:約90g
- 材質:非フタル酸ポリ塩化ビニル ●カラー:ブルー
- 耐荷重の目安:最大約100kg
- 付属品:空気入れ用ストロー、空気栓 ●原産国:中国



4 **洗える巻きウエイト**

- 材質:本体/ポリエステル合成繊維、鉄粉、ナイロン、鉄
- 洗えるパッド/ポリエステル合成繊維、スチレンブタジエンゴム
- カラー:ブルー ●付属品:洗えるパッド2枚 ●原産国:台湾
- ※重さは多少前後する場合があります。



250g 2コ **NH3211**
¥3,300 (本体価格 ¥3,000)

- サイズ:ウエイト部/約21.5×8.5cm
- ベルト長さ/約28.5×3.8cm
- 重量:約250g/個

500g 2コ **NH3212**
¥3,300 (本体価格 ¥3,000)

- サイズ:ウエイト部/約24×9cm
- ベルト長さ/約26×3.8cm
- 重量:約500g/個

1kg 2コ **NH3213**
¥3,960 (本体価格 ¥3,600)

- サイズ:ウエイト部/約25.5×9.5cm
- ベルト長さ/約24.5×3.8cm
- 重量:約1kg/個



ポイント

- 弱テンション 中高年・女性向け
- 手にやさしいソフトグリップ



お問い合わせ

羽立工業株式会社
〒431-0421 静岡県湖西市新所3

TEL **053-578-1501**
受付時間/8:30~17:00(土・日・長期休暇除く)

羽立工業 **検索**
<https://hatachi.jp>



▼ トレーニングが動画で見られます。

ロコレッチ **検索**

<https://www.youtube.com/user/locoretch>

