

ハートアップ

お風呂でエクササイズ

マットやスティックなど3点発売

お風呂雑貨などを販売するハートアップイン（本社東京都、橋本貴裕社長、電話03-3610-3435）は4月20日、浴室で簡単にストレッチやマッサージができるトレーニンググッズシリーズ「バクササイズ」を発売した。体をほぐすスティック、浴室に敷くマット、浴槽で浮力を利用して使うブロックの3点だ。

夏に向けて肌を露出することが多くなる女性の需要を見込んで開発した商品。お風呂でのトレーニングは、毎日入浴する習慣を利用するため、継続しやすい。温浴効果で、代謝がアップしやすいというメリットもある。

スティックは、太ももの裏側や首、二の腕などにあて、転がすことでマッサージを行う。風呂に漬かりながら使うと効果

的だという。

マットは浴室の床において、ストレッチなどを行うときに使う。

ブロックは風呂に漬かりながら、膝に挟み左右に足をひねったり、両手で持って上半身を左右に傾けたりして、わき腹などのシェイプアップに使う。

国際的にトレーニング指導を行うNSCA（日本ストレングス&コンディショニング協会、事務局東京都）のパーソナルトレーナーの資格を保有

する蜂谷千里トレーナーが監修した、使い方を紹介するメニューブック付き。ハートアップインのウェブサイトでは、使い方の動画を見ることもできる。

スティックは幅220mm×奥行65mm×高さ62mm、マットは幅1220mm×奥行580mm×高さ6mm、ブロックは幅400mm×奥行150mm×高さ70mm。3点それぞれグリーン、オレンジ、ピンクの3色展開を用意している。価格はスティックが税別1980円、マットとブロックがそれぞれ同2980円となっている。



トレーニンググッズシリーズ「バクササイズ」

