NOHRD
SPORT IN STYLE

Eau-Me Board

BALANCE BOARD WITH WATER

バランストレーニングと水の要素を
組み合わせた新世代バランスボード

特許取得済「バランスボード × 水の負荷」

オーメボードは、高品質な木材を使用したフットプレートとプラスチックベースで作られたウォータータンクで構成されています。この特徴的なタンクの形状と水の流れの負荷によって、規則的なパターンは存在しません。単純なエクササイズでさえ新しいチャレンジとなります。

なぜバランストレーニングが重要なのか？

バランスボードの持つ固有の不安定要素により、バランス感覚を養い、全身の協調性（コーディネーション）を高めることができます。不安定さに抗うことで、身体は安定さを生み出すためにインナーマッスルや体幹の筋群を活性化させ、姿勢の改善や腰痛予防などにもつながります。

運動強度を上げる方法は無限大

フィットネス業界だけではなく、理学療法の世界でも評価が高いバランスボードは、健康分野全般で高い支持を得ています。足関節、膝関節、股関節のリハビリには特に重宝するツールでしょう。まずは難易度の低いものからトライしてみると良いですね。

年齢に関わらず運動効果が得られる
バランスボードでのエクササイズを、
あなたの日々のルーティーンに取り
入れてみませんか？

強度を上げたい場合は、立った状態から
体勢を変えたり、ボード上で動いてみたり、
重りを持つなどを試してみましょう。

“使い勝手の良さ”と“コンパクトさ”から、
フィットネスジムや自宅だけではなく様々
な現場で重宝されています。老若男女問わ
ず楽しめるツールです。

MODEL OVERVIEW & SPEC

あなたのお好きな木材・カラーをお選びいただけます。

Ash

Cherry

Walnut

■寸法　W 64cm × H 18cm　■重さ　約 8 kg（水の重さを含まず）　■最大荷重　250kg

■メンテナンス　木材部分を定期的に乾拭き / タンク内の水は入れたままで OK

※ 価格は Price List をご確認ください。