

フィットネス界を代表するトレーナーも推奨 2月1日（木）ジムトレーニングの決定版「Speed TR 2.0」を発売 クロスフィット、リフティング専用トレーニングシューズも登場

LEGACY LIFTER		CROSSFIT NANO 8.0		SPEED TR	
					
USAGE <input type="checkbox"/> ウェイトトレーニング	USP グリップ性  反発性 耐久性 安定性 クッション性 屈曲性	USAGE <input type="checkbox"/> クロスフィットトレーニング <input type="checkbox"/> 高負荷トレーニング	USP <input checked="" type="checkbox"/> グリップ性  反発性 耐久性 安定性 クッション性 屈曲性	USAGE <input type="checkbox"/> ファンクショナルトレーニング	USP <input checked="" type="checkbox"/> グリップ性  反発性 耐久性 安定性 クッション性 屈曲性
POSITIONING <input type="checkbox"/> ウェイトトレーニング		POSITIONING <input type="checkbox"/> クロスフィット <input type="checkbox"/> ウェイトトレーニング <input type="checkbox"/> ジムトレーニング全般		POSITIONING <input type="checkbox"/> ジムトレーニング全般 <input type="checkbox"/> アジリティトレーニング <input type="checkbox"/> トレッドミル等のランニングも可	

グローバルフィットネス ライフスタイルブランドのリーボック（所在地：東京都港区六本木一丁目9番10号）は、昨今人気を集めるHIITトレーニング（高強度インターバルトレーニング）やクロスフィットを代表とするファンクショナルトレーニング、そのほか、トレッドミルやジムトレーニングに適した専用シューズのラインアップを2018年春夏シーズンから拡充します。

さまざまな競技スポーツにそのスポーツ専用のシューズが存在するように、トレーニングにおいても、動きに適した専用シューズを選択することは非常に大切です。最適なトレーニングシューズを選ぶことで、快適、かつ安全なトレーニングを実現し、より効率的にトレーニングのパフォーマンス効果を得ることができます。リーボックでは、トレーニングの目的にあわせて、最適なシューズを選ぶことができるように、2018年春夏からさまざまなトレーニング専用シューズを展開します。

2018年2月1日（木）より発売する「Speed TR 2.0（スピード TR 2.0）」は、バーベルや器具を使用する筋力トレーニングから高強度インターバルトレーニング、ファンクショナルトレーニングなど、ジムトレーニング全般に適したマルチトレーニングシューズです。トレッドミルを使用したランニングやさまざまな動きを伴う有酸素運動にも対応します。今シーズンで第8世代となるクロスフィット専用シューズ「CROSSFIT Nano 8.0（クロスフィットナノ8.0）」は、前モデルからアップデートされ、モノソックタイプのアッパーに生まれ変わりました。クロスフィット特有の動きに対応したこのモデルは、ミッドソールが足への衝撃を緩和し、グリップ力の高いアウトソールが高い安定性を生み出します。リフティング専用シューズ「LEGACY LIFTER（レガシーリフター）」は、クッション性を抑え、地面をしっかりと蹴り出し、その反発を得ることでリフティングのパフォーマンスを高めることができる専用シューズです。

さらに、リーボックでは、お客さまの最適なトレーニングシューズ選びをサポートするために、2018年2月3日（土）よりリーボックの直営店舗「リーボック フィットハブ」にて、リーボックが契約するフィットネストレーナーによるシューズ選びのアドバイス、具体的なトレーニング方法の提案までを行う「ReebokONE Training Session」サービスも開始します。

■「ReebokONE Training Session」に関する詳細はこちら: <https://fitness.reebok.jp/topics/training-session/>

【読者、一般のお客様からのお問い合わせ先】

リーボック アディダスグループお客様窓口
0570-033-033（電話受付 平日 9:30～18:00）
<http://reebok.jp/>

フィットネス界を代表する著名トレーナーが語る、トレーニングシューズの重要性とは？

Q. トレーニングに適した専用シューズを履くことによるメリットやパフォーマンス効果の違いなどあれば教えてください。



AYA

Reebok ブランドアンバサダー

CrossFit (クロスフィット) トレーナー/フィットネスモデル

私はクロスフィットトレーニングの時は三種類を履き替えています。

WarmUp・・・ランニングシューズ

Strength・・・リフティングシューズ

WOD・・・CrossFit Nano シューズ

それぞれの動き 1 つ 1 つでパフォーマンスを引き出しやすいシューズを履いてトレーニングするようにしています。

シューズに助けられている部分も沢山あり、やはりハードなトレーニングになればなるほど、シューズ選びに気を付けないと怪我に繋がりますし、身体に良くないと思います。

フィットネスクラブではとても多くの方がランニングシューズを履いてトレーニングをされています。ランニングシューズは前への推進力を考えて作られていますが、重心が前になりやすかったり、横の動きに弱かったりします。また、クッション性が高いことはメリットとして働くこともありますが、トレーニングの場面では不安定につながることも考えられます。

トレーニングに適したシューズを履くことでこれらを解消することができ、ターゲットとした筋肉や動作をしっかり捉えることが出来ます。ゴルフのクラブや野球のバットなどスポーツに合わせてさまざまな道具が進化・開発されるように、トレーニングに使うシューズも適材適所があり進化・開発されています。是非ともその進化を足で感じてほしいですね。



谷 顕真

Reebok ONE アンバサダー

レズミルズ界ナンバー1 人気トレーナー。

レズミルズプログラム以外のパーソナルトレーニング、ランニングイベントへの出演などでも活躍



吉田輝幸

Reebok ONE アンバサダー/PCP 代表取締役

アジア人で初めてアリゾナ州のアスリート専用施設

「アスリートパフォーマンス」に参加。

トレーニングプログラムを数多くのトップアスリートに提供

目的にあわせてシューズを変えてトレーニングのクオリティを向上させることが必要です。せっかくのトレーニングもシューズ選びが誤っていることで効果が半減してしまいます。逆に正しいシューズ選びでほかの人よりも差をつけることができるチャンスでもあります。

リフティングシューズと通常のシューズでは、出せる力が決定的に違ってきます。ソールが硬く、床からの反発をダイレクトに伝えることが出来るように設計されているのがリフティングシューズです。通常のシューズだと衝撃吸収素材が組み込まれているため、ランニングなどにおける着地の衝撃を和らげることが出来る反面、荷重すると沈みこんでしまいます。筋力の伝達ロスを防ぎ、バーベルリフティング系のプログラムから最良の効果を引き出すためにも、トレーニングシューズの使い分けをお勧めします。



小早川 渉

Reebok ONE アンバサダー

ゴールドジム公認パーソナルトレーナー

パワーリフティング全日本選手権で 11 度の優勝を果たし、全日本選手権団体優勝も兼任監督として達成。パワーリフティング競技における確かな実績をもつ。

■ SPEED TR 2.0 (スピード TR 2.0) 商品機能概要



アッパー

高い耐久性と柔軟性を兼ね備えたアッパー（CORDURA 素材を採用）

ソール

反発性に優れたミッドソールとグリップ性に優れたアウトソール

ヒールクリップ

安定性を高めるヒールクリップを採用

■ 商品詳細概要

- 名称：**SPEED TR 2.0 (スピード TR 2.0)**
- 自店販売価格：11,000 円（税抜）
- 発売日：2018 年 2 月 1 日（木）
- サイズ：24.5～31.0cm（Men's） 22.0～26.0cm（Women's）
- 品番/カラー：
 - <Men's>
 - [CN1010] ブラック/ホワイト
 - [CN1011] カレッジネイビー/アシッドブルー/ブラック/ホワイト
 - <Women's>
 - [CN1014] ブラック/ホワイト/シルバー
 - [CN1015] スモーキーボルケーノ/ホワイト/アシッドピンク
- 販売店舗：
 - ・リーボック オンラインショップ (<http://reebok.jp/>)
 - ・リーボック直営店舗 (<https://fitness.reebok.jp/store/>)



※CN1010



※CN1015

SPEED TR 2.0 を履いた感想は？ （谷 顕真:レスミルズ人気 No.1 トレーナー）

「地面にしっかりと接地するソールのおかげで強く踏ん張ることができるのにも関わらず、とても軽いです。シューズ自体が軽いこともありますが、シューズのフィット感が強いことからより軽く感じます。また、横方向の動きにもブレないアッパーの素材、ヒールカップやソールのエッジから得る安定感により、縦横、上下左右など色々な方向への運動を安定させ、強い力を発揮させてくれるシューズです。特にフィットネスクラブではスタジオプログラムのようなさまざまな運動パターンを求められる場面で力を発揮するシューズです。ウェイトを挙げる動作だけでなく、走る・跳ぶ・止めるといった動作にも最適なシューズです。これらの動作全てで大きな力を発揮してくれるシューズはとても少ないです。このシューズを履けばこれまで感じていた動作の感覚、体の使い方に変化が生まれるでしょう！」



■ CROSSFIT Nano 8.0 (クロスフィットナノ 8.0) 商品概要

●名称：**CROSSFIT Nano 8.0 (クロスフィットナノ 8.0)**

●概要：モノソックタイプのアッパーで生まれ変わったクロスフィットナノの第8世代モデル。

TPU ミッドソールが足への衝撃を抑え、グリップ力の高いアウトソールが高い安定性を生み出します。

●自店販売価格：14,000 円 (税抜)

●発売日：発売中

●サイズ：24.5～31.0cm (Men's) 22.0～26.0cm (Women's)

●品番/カラー：

<Men's>

[CN1022] ブラック

[CN1037] ホワイト/カレッジネイビー/スタークグレー

<Women's>

[CN1039] ホワイト/カレッジネイビー/スタークグレー

[CN1040] ブラック

●販売店舗：

・リーボック オンラインショップ (<http://reebok.jp/>)

・リーボック直営店舗 (<https://fitness.reebok.jp/store/>)



※CN1022



※CN1040

CrossFit Nano8.0 を履いた感想は？

(AYA :Reebok ブランドアンバサダー/クロスフィットトレーナー/フィットネスモデル)

「履いていてとにかく気持ち良いです！トレーニング用のシューズなのにずっと履いていられます。

これまでのモデルは少し硬く、リフティング用途のようなシューズでしたが、今回のモデルはオールマイティーです！今日のトレーニングでも、リフティング、ジムナスティックス、WOD を全てこのシューズでこなしました！」



■ LEGACY LIFTER (レガシーリフター) 商品概要

●名称：**LEGACY LIFTER (レガシーリフター)**

●概要：ウエイトリフティングや重い重量のスクワットに最適で、2 ストラップが足をしっかりロックし、アッパーは非常に耐久性の高い構造になっています。超硬質の TPU ミッドソールと 22mm に設定されたヒールからの傾斜が安定感を生み出します。

●自店販売価格：23,000 円 (税抜)

●発売日：発売中

●サイズ：24.5～31.0cm (Men's) 22.0～26.0cm (Women's)

●品番/カラー：

<Men's>

[CN1002] ブラック

<Women's>

[CN1006] ブラック

●販売店舗：

・リーボック オンラインショップ (<http://reebok.jp/>)

・リーボック直営店舗 (<https://fitness.reebok.jp/store/>)



※CN1006

LEGACY LIFTER を履いた感想は？

(小早川 渉:Reebok ONE アンバサダー/ゴールドジム公認パーソナルトレーナー)

「ウエイトリフティングシューズの中で重要なのはソールです。レガシーリフターが生み出す抜群の安定感が秀逸です。前足部と踵部の高低差も私には最適だと感じました。最近のスタンダードより、ほんの少し踵が高く設定されており、幅広で大きいソールと最適なヒールの高さの組み合わせで、重心を最適に保ちながら“しゃがむ”ことを可能にします。接地感の良さからくる、前後、内外における全面的なサポート感はこれまでのシューズに感じたことがないものです。」

