

Lourdes
STYLE

いつものプランクがハードに進化



EMS PLANK TRAINER

※イメージ

3Dに動くプランクにEMSが加わった、最新の
「ルルドスタイル EMSプランクトレーナー」発売

シリーズ累計販売台数1,000万台を突破、マッサージクッションブランド「ルルド」を展開する株式会社アテックス（本社：大阪市、代表取締役社長 深野 道宏）は、体感トレーニングの定番であるプランクを、3DスイングプレートとEMSの電気刺激を加えることによりハードに進化させた「ルルドスタイル EMSプランクトレーナー」を2020年12月15日に発売いたします。

スイングするプレートで不安定な状態を作り、プランクの運動負荷を一層高め、さらに、EMSの電気信号が腕～肩の筋肉を刺激。2つの機能で他にはない、より効率的でハードなトレーニングを実現します。ホワイトをベースにした美しいデザインにもこだわった筋トレ上級者を目指す一台です。



HOW TO ENJOY?

POINT 1 運動範囲をより広く、強くする3Dスイングプレート

1

上下左右に10度までスイングするプレートが不安定な状態を作り、エクササイズの難易度をアップさせます。スイング方向は、正転連続だけでなく正転と逆転を繰り返すリバース機能を搭載し、とことん身体を慣れさせないハードな仕様です。



※イメージ

POINT 2 3段階の強度が選べるEMSを搭載

2

プレート部分の幾何学模様がEMS端子になっており、強度3段階の電気刺激で筋肉を強制的に動かします。スイング機能+EMSは業界初※のシステムです。※2020年10月時点 アテックス調べ
プレートにはプランク時の腕の痛みを和らげるクッション入り。



※イメージ

POINT 3 プランクだけでなく、V字腹筋トレーニングにも

3

体幹トレーニングのプランクだけでなく、更にハードなV字腹筋トレーニングも可能。スイングにより、バランスを保とうとすることで運動強度がアップします。大腿直筋や腹直筋体幹トレーニングやインナーマッスル強化に効果的です。



プランク



V字腹筋

※イメージ

POINT 4 デジタルタイマーでカウントダウン。

4

まずは1分チャレンジから

直感操作が可能な簡単操作パネルを搭載。エクササイズをスタートすると中央のデジタルタイマーがカウントダウンを開始します。まずは1分からチャレンジ。3分、5分とレベルアップが可能です。

FOR WHAT KIND OF PERSON?

体幹トレーニングの定番「プランク」は、両手両足を肩幅に開き、背中ラインを板のように真っすぐにすることで、お腹周りの筋肉を鍛えて短期間で変化を感じられるメニューと言われています。これをさらに進化させるべく大阪体育大学と共同開発したのがこのEMSプランクトレーナーです。あえて不安定な状態を作るスイングだけでなく、EMS機能をプラスしたメリットについて、監修の石川昌紀教授は「通常のプランクは、上手く姿勢をこまかして、ラクにすることも出来るんです。ところが、このプランクトレーナーは、EMSが手から肘・肩にかけて筋肉をがっちり固定した上で、強制的に身体全体をスイングさせるので、こまかしがききません。不安定な身体を支えるために、通常のプランクでは使わない部位の筋肉まで、より広範囲の筋肉にストレスをかけることが出来ます」とコメント。筋肉の逃げを作らず、本気で筋トレに励みたい方にぴったりのマシンです。



石川昌紀教授
大阪体育大学体育学部
スポーツ科学研究科

SPEC

[商品スペック]

製品名	ルルドスタイル EMSプランクトレーナー
品番	AX-FYL900wh (ホワイト)
価格	30,000円(税別)
サイズ・重量	(約)W510×L450×H185mm / 約7.5kg
電源	AC100V 50/60Hz
タイマー	(約)1分、3分、5分自動オフ
プログラム	プランク・V字腹筋 / マニュアル(正転)・リバース(正転⇄逆転) / EMS:強・中・弱3段階
付属品	ACアダプター



INFORMATION

ルルドについて

2009年に登場したマッサージクッション誕生から10年。ルルドは、忙しい女性の毎日に癒しとトキメキを届けてきました。おかげさまでシリーズ累計出荷台数は1,000万台を突破。この春、モノトーンで機能的、ユニセックスな「モノルルド」と、トレンドを意識した本格ホームエクササイズ「ルルドスタイル」もデビューしました。体と心を整えて、ウェルビーイングな毎日へ。ルルドのチャレンジは続きます。



株式会社アテックス

事業内容

家庭用マッサージ器(Lourdes、TOR)、美容器、家庭用電気治療器(電位治療器イオネス)、収納式ベッド、健康機器などの商品企画・開発・製造及び輸入販売

本社/本社営業本部

〒547-0014 大阪市平野区長吉川辺3-3-24 tel:06-6799-8100(代) fax:06-6799-8118(代)
公式サイト <https://www.atex-net.co.jp/>

読者お問い合わせ先情報

アテックスサービスセンター
tel:0120-486-505
<https://www.atex-net.co.jp/>