



指導者の方へ

Zeroソフトネス
Softness

自身のカラダ
を知る!

こんにちは
こう見えてストレッチの専門家です。

ストレッチ マシーン ZERO-iTMとは?

トレーニングと共に、よりよいカラダづくりのお手伝いを——。

ZERO-iは従来のおもりを使ったマシンと違い、バネを使った動きによって、実際の筋肉に近い微細な動きができます。また正しいストレッチ体勢を保ち、効果的で安全なセルフケアが可能です。これにより神経系の流れ・呼吸を整え、身体を生まれたて本来 (zero) の状態にリセット (Initialize) し健康的な状態を保ちます。

メリット1

トレーニングの
パフォーマンスUP

メリット2

疲れにくく、疲労の
脱りづらい身体へ

メリット3

ケガの防止・予防



選手自身によるセルフケア



単なる準備運動ではない
身体を変えるための“正しい”ストレッチ

その有効性は、メジャーリーガーのダルビッシュ有選手も自身のブログで取り上げるほど。肩や肘の故障に有効であり、トレーニングと併行して使うことがアスリートとして強くなることに繋がります。

マシンを使うことで、ほかの人による補助や支えがなくても、選手自身が1人で正しく効果的なストレッチを行なうことができます。異なるトレーニング同様、様々なマシンを使い選手が各々にあった身体のケアを行なうことができます。

