

法人設置専用

健康経営への第一歩  
従業員の活力向上や生産性アップに、この一台

# SMITH & HALF RACK

## スミス & ハーフラック

### ◆ トレーニングジムでも人気のスミスマシン付きのベーシックモデル

#### ▶ スミスマシン

・初心者やリハビリ段階にある方でも正しいフォームの習得がしやすく、バーの落下などのアクシデントを最小限にできます。

・バーベルの動きが固定され軌道が一定のため、安定した動作でトレーニングができます。



#### ▶ フリーウェイト

・トレーニングの自由度が高いため、一度のトレーニングで多くの筋肉を使うことができ筋肥大・筋力向上においても有効です。

・バーベルのバランスを自分でとりながらのトレーニングとなるため、体幹を含めてバリエーション豊かな様々なトレーニングが可能です。



#### ▶ 懸垂 By フリーモーショングリップ

・フリーモーショングリップの使用により様々な角度で自分に合ったトレーニングが可能です。手首や肩甲骨を自由に動かすことができ、背中への刺激も格段にアップ、収縮トレーニングにおいてとても効果を感じています。これにより筋肉の成長・高いトレーニング効果が期待できます。



#### ▶ ショルダープレス

・肩の筋肉である三角筋を効果的に鍛えることができまえることができます。肩幅や肩の厚みが増えることで、逆三角形の格好いい体になります。

・上腕三頭筋も鍛えられることから、二の腕の引き締めにも効果的なトレーニングです。



#### ▶ ベントオーバーロー

・背中中の広背筋・僧帽筋・菱形筋を鍛えることができ、立体感・厚みのある背中を作ることができます。

・背中中の引き締め効果があります。背中中のたるみが気になっている人には効果的なトレーニングです。



#### ▶ デッドリフト

・デッドリフトはベンチプレス・スクワットと並び、BIG3(ビッグスリー)と呼ばれる種目の一つで、広背筋・大臀筋・ハムストリング等の体の中でも特にとくに大きな筋肉を鍛えることができます。



# EZOLL

※商標出願済み

## トレーニングマシン 北海道初ブランド

デザイン・設計・製造まで全て自社100%だからできるユニークな  
トレーニングマシンブランド「EZOLL(エゾル)」。  
設置後のアフターサービスまで安心して導入いただけます

ココがイチャオシ



### フリーモーショングリップ

手首や肘、関節への負荷が最小限に抑えられる懸垂用のオリジナルグリップが付属！  
手幅や手首が固定されない事でトレーニングの幅が広がります。



@EZOLL\_OFFICIAL



製造/販売元

株式会社 **エスピーエス研**

〒063-0837

北海道札幌市西区発寒17条14丁目1-38

TEL: 011-662-4131 FAX: 011-665-4447

<https://spkoken.co.jp>