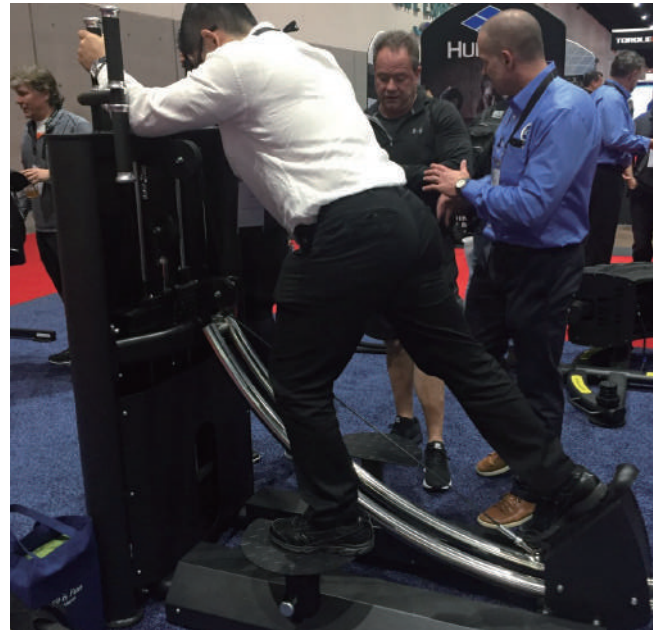




IHRSA 2019

The IHRSA International Convention & Trade Show
アメリカ最大のフィットネス展示会より最新のトレンドをご案内



トレンドはヒップトレーニングとHIIT (ハイ・インテンシティ・インターバル・トレーニング)

3月13日から16日まで米国サンディエゴにて開催されましたIHRSA2019展示会に参加しました。毎年開催されるこの展示会はその年のフィットネスのトレンドを見るうえでは重要な展示会となります。

ズバリ今年のトレンドは、①ヒップトレーニング ②HIIT (ハイ・インテンシティ・インターバル・トレーニング)だと感じました。

①ヒップトレーニングは各社が様々な形状で新しいマシンを開発・展示していました。ヒップトレーニングは女性に限らず男性も取り入れており世界的にブームの

ようです。

②HIITは過去数年この言葉が取り上げられていますが、今年は特にボート漕ぎのようなローイングマシンと空気抵抗のバイク、自走式トレッドミルを各社展示していました。ウエイトスタック式の軌道が決まったウエイトトレーニング以外のエクササイズ・トレーニングという意味で幅が広がってきているのでこれらの器具を活用したオリジナリティ溢れる動きが求められているように感じました。

トレーニング レベルを高める!

テープ式で
簡単に
着脱が可能

手首に
負担の
かかりにくい
デザイン

グリップ力に
優れ
滑りにくい
素材を使用



プッシュ・プル動作に幅広く活躍。
手のひらをしっかりサポートします。

発売以降大好評!トレーニングレベルを高める必須アイテム

**GOLD'S
GYM**

ウェイトトレーニンググリップ

G3750 6,500円(税別)/ペア (サイズ:S・M・L)

バーベルやダンベルを使うウェイトトレーニングにおいて、一般的なストラップを使用した場合、ストラップをバーに巻くのが難しく時間がかかったり、うまく握力のサポートができない場合があります。このようなストレスを解決し、最大のパフォーマンスが発揮できるように開発されたのがウェイトトレーニンググリップです。ウェイトトレーニンググリップは人間工学に基づき、手首に向かい漏斗(じょうご)のような形状になるようデザインされています。この形状は、ダンベル等のウェイトの負担が手首にかかり血液の循環悪化や手首の故障を防ぐように工夫されたものです。これまでのような一般的なストラップのように、バーに巻きつけるロスタイムと失敗(巻きつけ

のきつさや緩さ)がほとんどなく、左右同時にセットすることも簡単です。さらにセットした後も本体の素材特性と先端のパットの作用で、握力をあまり使わずしっかりプル系トレーニングができるため、ローイング時の前腕部の筋肉のはりや筋肉痛を気にせず、鍛えたい部位を集中してトレーニングできます。また、本体部分が滑り止めの役割をしますので、グローブの代用にも便利です(まめ予防にもなります)。グローブとストラップ両方の長所を持ち、しかも両方の短所を補うウェイトトレーニングアクセサリーの必需品として、初心者から上級者、アスリートにおすすめのアイテムです。