

Go!Healthy専用プログラム

レッドコード×腰HAL® トレーニング



- 料金 -

30分
5,500円

ロボット技術HAL®を使って、1人ひとりの目的や身体状況に合わせ「動く喜び」をサポートします！

【生活動作の改善】 立つ・歩く・座る動作の改善・向上

【身体機能の改善】 障害を抱えた方の動作改善のサポート

【健康増進・パフォーマンス向上】 身体の使い方の改善

10月(事前予約制)

5・19日(月)

14:00-18:00

9・23日(金)

15:00-17:00

10・24日(土)

18:00-19:00

11月以降の日程はGo!Healthyにお問い合わせください。

予約お申し込み

受付またはお電話でお申し込みください。

0278-25-3183 **Go!Healthy**

みんなのウェルネス ゴーヘルシー

受付時間 10:00~20:00

腰HAL®とは？

世界初の「装着型サイボーグ」です。身体に着けることで、脳から筋肉へ送られる信号を読み取り、意志に合わせた身体の動きをサポートします。『歩く』『立つ』『座る』など日常の基本動作の改善を目指します。

運動プログラム

1回30分のマンツーマン
トレーニングプログラムです。

- ① ヒアリング
… 身体のお悩みや目標を確認します。
- ② フィッティング
… HAL®を装着し調整を行います。
- ③ 装着トレーニング×レッドコード
… 目的別に無理のない範囲で動いてみます。
- ④ フィードバック
… トレーニングの状況をもとに今後の利用についてアドバイスをいたします。

レッドコードと腰HAL®双方の強みを
活かしたオリジナル複合トレーニングです。

レッドコード



とは、天井から吊り下げたロープを使って体の一部を支え、関節や筋肉に負担をかけずに
行う運動療法です。重力による負担を軽減し安全に身体を動かすことができ、身体を安定させようとするこ
とでインナーマッスルを鍛えることができます。

腰HAL®

とは、人が身体を動かそうとするときに
脳から筋肉に送られる信号を読み取り、その意思通りに
動きをアシストします。身体そのものの機能向上や立ち
上がり動作の安定や改善を目指します。



レッドコードを使用することで身体の負担を軽減し、
安全に運動できるためケガのリスクが減ります。
ロープに身体を預けることができるため無駄な動きを
抑え、HAL®の機能をより活かすことができます。

こんな人に
おすすめ

- ・運動パフォーマンスを向上させたい
(例：運動フォームの改善・体力テスト点数up)
- ・効率よく筋力アップしたい
- ・若々しい姿勢でいたい
- ・日常生活における立ち上がり動作が辛い など

まずは身体のお悩みをご相談ください。前向きな思いをサポートします！