

ご存知ですか？

妥協のないトレーニングを、高強度でも低負荷でも行うことができます。

ライフ・フィットネスのアーク・トレーナーは、最も汎用性が高く、関節に優しいカーディオの選択肢のひとつです。低負荷かつ高効率のトレーニングの需要が高まる中、アーク・トレーナーはケガのリスクを軽減し、大きなパフォーマンスを発揮します。

この製品では、トータルボディ・モデル（全身）とローワーボディ・モデル（下半身中心）をご用意しています。アーク・トレーナーは、ハイブリッド・トレーニングに対応した製品であり、関節への負担を軽減しながら目標カロリーを消費し、ユーザーは幅広いトレーニングマシンでエクササイズを続けることができます。スムーズでストレスの少ない動きであるため、施設の会員に継続して通ってもらうためには理想的なマシンであると言えます。

製品情報：

- 21段階のインクラインレベルで、目的の筋肉を活性化
- SLおよびSE4オプションで自由にコンソールを選択可能
- 2種類のマシンタイプをご用意：
トータルボディおよびローワーボディ
- 低負荷インクルーシブ・カーディオ・トレーニングをサポート

LifeFitness



カーディオ製品としてアーク・トレーナーが必要な理由

1. 幅広い年齢層にマッチした低負荷カーディオ

アーク・トレーナーは、関節に優しい運動に対する需要の高まりに応え、高齢者、アクティブ・エイジング、ケガの予防をサポートします。生体力学的な利点により、快適さを損なうことなく高い強度が可能になります。

- 体重を支える自然なストライド
- 関節への負担を大幅に軽減
- 高齢者やリハビリ目的の利用者、低負荷カーディオを求める人々に最適

2. モデルは2種類。幅広いオプション。幅広いユーザー層。

アークトレーナー・ トータルボディ	アークトレーナー・ ローワーボディ
汎用性が高い - パフォーマンス重視	下半身中心のトレーニング
HIIT - リハビリ	ウォームアップ - アクティブ・エイジング
簡単な乗り降り	簡単な乗り降り

3. スマートコンソール。エンゲージメントがよりスマートに。

アーク・トレーナーは、SLおよびSE4コンソールと完全な互換性があり、以下のよう
なことが可能です。

- インタラクティブな地形コース
- オンデマンド・ワークアウト
- 統合エンターテインメント

これらはすべて、会員の満足度を高め、
来館の回数を増やすことを目的に設計されています。

[詳しく見る](#)

LifeFitness



アークトレーナー・トータルボディ



アークトレーナー・ローワーボディ