



モビバン (三輪のついた エクササイズバンド)

筋トレやストレッチをサポートします!!

- ★簡単なストレッチやエクササイズで肩凝りや腰痛を予防・改善できます。 ★ラテックスフリー
- ★立位・椅子に座った座位でそれぞれ行えます。
- ★ピラティストレーニングにも有効に活用できます。
- ★握らずに使えるので関節の可動性が高まります。また、握るのが困難な方にもご使用頂けます。
- ★洗えて消毒もできるので衛生面でも安心です。お風呂でも使用できます!!
- ★手を掛ける輪の位置で3種類の強度の変化がつけられます。



エイジレスダイエットクリエイター
講師 長尾 富美子 ルートNFC代表

- ・フィットネス指導歴 33年 (エアロビクス・ダンス・格闘技系指導歴有)
- ・STOTT PILATES®認定インストラクター (2005年11月NYにてマット及びマシンピラティス資格取得)
- ・栄中日文化センター講師 (2001年～)
- ・長久手市講座講師 (2016年～)
- ・瀬戸市シニアフィットネス講師 (2020年～)
- ・尾張旭市渋川福祉センター講座講師 (2022年～)



tumiko1127

マシンピラティス
ルートNFC



2025.5 ルートNFC