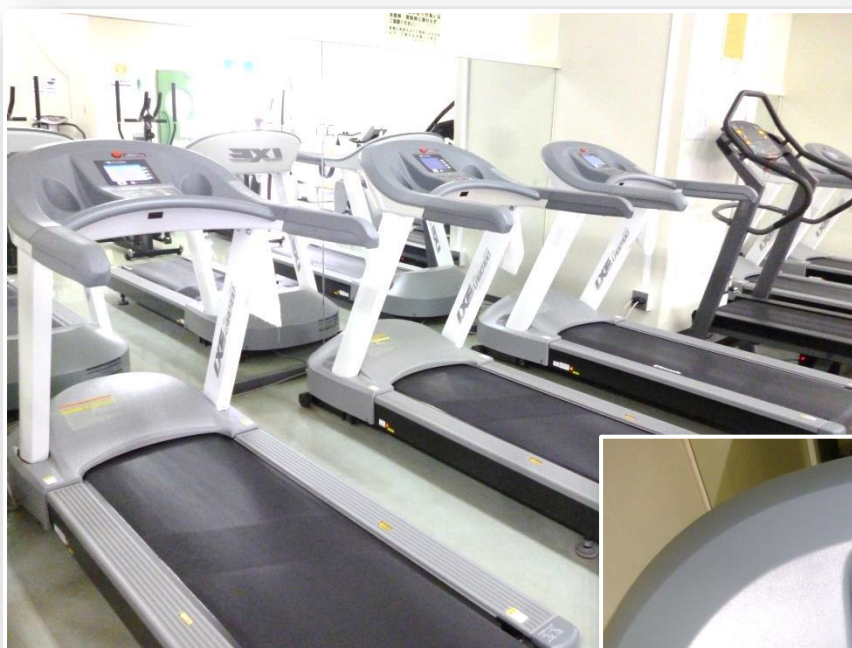


心肺持久力向上マシン

ラボードLXE

～～ウォーキング、ランニングで発汗・脂肪燃焼・ダイエット効果～～
心肺機能・全身持久力を高めます。



- ☆傾斜角：0～15%
- ☆速度：1～18km/h
- ☆3つの運動メニュー
 - ・マニュアル
 - ・コース設定（4コース）
 - ・ゴール設定

- ・健康運動には、「ややきつい」と思える負荷で、25分～30分程度行くと良いでしょう。
- ・運動初心者の方は、10分くらいの歩行運動から始めてみましょう。

