

心肺持久力向上マシン

コードレスバイクV

～～脂肪燃焼・発汗・ダイエットに有効～～

心肺機能・全身持久力を高めます。



☆4つの運動メニュー

- ・マニュアル
- ・減量
- ・一般
- ・定脈拍数

☆耳たぶから、心拍数を計測しながら、運動することができます。



低床・背もたれ付タイプで
乗り降りラクラク

- ・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分くらいの運動から始めてみましょう。
- ・電源を使わない、エコなマシンです。

