



2022年1月25日

### スクワット運動に体幹トレーニングをプラス ミズノヘルシーインテリア「ル・プリエスクワットバルン」発売



ミズノは、インテリアとして置けるトレーニンググッズ「ミズノヘルシーインテリア」シリーズの「ル・プリエスクワットバルン」を、ミズノ公式オンラインショップとミズノ直営店などで1月25日に発売します。

#### ▼「ル・プリエスクワットバルン」

URL : [https://www.mizuno.jp/traininggoods/healthy\\_interior/lespliesquat\\_ballon/](https://www.mizuno.jp/traininggoods/healthy_interior/lespliesquat_ballon/)

「ミズノヘルシーインテリア」シリーズは“いつもの時間、空間にプラス”をコンセプトに、リビングに置けるトレーニンググッズとして2018年から展開しており、2020年度の売上は約4.5億円です。コロナ禍における在宅時間の拡大を背景に運動不足解消ニーズが高まっており、シリーズの売上は年々好調に推移しています。

「ル・プリエスクワットバルン」は、スクワット運動をやさしくサポートする「ル・プリエスクワット」<sup>※1</sup>の機能に、ゆらゆら機能をプラスしています。土台の底面にラウンド形状を採用し不安定な状態を作り出すことで、日常生活シーンでも気軽に体幹をトレーニングすることができます。正月太りやコロナ禍による外出機会の減少など、運動不足解消にお勧めのトレーニンググッズです。

販売目標は、1,500台（発売から1年間）です。

※1 2019年6月に発売し、累計約3万台を販売（2021年12月末時点）

## 「ル・プリエスクワットバルン」の特長

### ■前後左右に 360 度ゆらゆら動作で体幹トレーニング

「ル・プリエスクワットバルン」は土台底面にラウンド形状を採用することで、座面を前後左右に 360 度ゆらゆらと揺りうごかすことができます。不安定な座位で身体がバランスを取ろうとすることで、常に体幹の筋肉を使っている状態を作り出します。



土台底面のラウンド形状



体幹を意識した姿勢

### ■ラクしながら効率的にトレーニング

座る・立つ動作を繰り返すスクワット運動は、長く自分の足で歩くためには効果的といわれています。一方でスクワット運動は身体に与える負荷が大きく、動作が難しい運動です。

「ル・プリエスクワットバルン」の脚部には、座位での上下運動をサポートするガスシリンダーを採用しています。ガスシリンダーのサポート力により、身体的な負荷を低減しながらも効率的にトレーニングすることができます。

すでに販売中の「ル・プリエスクワット」は通常のスクワット運動と比べ、太もも前（大腿直筋）の筋活動量が約 72%アップ<sup>※2</sup>します。「ル・プリエスクワットバルン」を使ったスクワット運動は、販売中の「ル・プリエスクワット」と比べ太もも前（大腿直筋）の筋活動量が約 3%アップ<sup>※3</sup>します。

※2 スクワット運動の上昇時の筋活動量の比較（50代女性8名、10回成功試技の平均値）

※3 スクワット運動の上昇時の筋活動量の比較（62歳～73歳女性9名、5回成功試技の平均値）



「ル・プリエスクワットバルン」を使用したスクワット運動

## 「ミズノヘルシーインテリア」シリーズについて


「ミズノヘルシーインテリア」シリーズは「健康のためには身体を動かした方がいいけど時間が無い・トレーニング用品は片づけたりするのが面倒」という声に着目した、リビングに置けるトレーニンググッズシリーズです。仕事や家事・育児などで時間がとりにくい人でも、リビングで手軽に運動することを習慣化し健康づくりをサポートします。

コロナ禍の影響で在宅時間が長くなっていることを背景に、外部環境に左右されず1人でも手軽にトレーニングを続けることができることから、販売は好調に推移しています。

### ▼ミズノヘルシーインテリアの詳細

URL : [https://www.mizuno.jp/traininggoods/healthy\\_interior/](https://www.mizuno.jp/traininggoods/healthy_interior/)

#### 記

商品画像	
商品名	ル・プリエスクワットバルン
品番	C3JHI20409
発売日	2022年1月25日
価格	¥16,500(本体価格¥15,000)
サイズ	高さ:約41.5cm~55cm 座面幅:約30cm 台座幅:約40cm
カラー	グレー
素材	座面:木製、ウレタンフォーム 張り地:ポリエステル 脚部:ポリウレタン、木製、スチール
重さ	約5kg
原産国	中国

(お客様のお問合せ先) ミズノお客様相談センター

TEL : 0120-320-799