

# ( e - R o w i n g )

ボート漕ぎ型運動器具「イーローイング」

簡単操作で本格トレーニング！  
高齢者でも安全に全身運動が可能

付属の画面で  
運動が見える化



曲げ伸ばしで  
リズムカルに  
動かすだけ！

本取組みは JA 共済の助成金を活用し実施しております

- ◆座ったままの全身運動なのでケガをしない
- ◆運動量(強度・時間)を自分で選べる
- ◆大腰筋などを鍛えて転倒予防に効果！

JA愛知東本店(新城市)3階ロビーに常設してありますので  
ご自由にお使いください