

## 二重課題で 『楽しい！忙しい！』 挑戦性のあるエクササイズ

レッドコード・TRX



BLAZEPOD



スリングエクササイズに、BlazePodを組み合わせることで、ゲーム性が高まり楽しく取り組みながら  
身体操作および認知能力を高めて行きます。



スリングエクササイズを行いながら、



足元に設置された BlazePod が光ると踏んでタッチし消していきます。



【ご利用にあたってのお問合せ】

リハビリステーション マザー  
427-5363 (安達・西川まで)  
リハビリスタジオ マザー  
427-5371 (戸田・河崎まで)

【二重課題】

認知課題や運動課題を2つ同時にこなすこと。日常生活では「何かを考えながら行動」する事が多く、これら2つの課題（予測+動くなど）を同時に行う必要があります。例えば、加齢とともに二重課題の能力が低下し、1つの事に注意が向けられると、段差などに気付かず転倒してしまう場合があります。



リハビリステーションマザー  
Waking&Posture Rehabilitation Day Service



リハビリスタジオマザー  
Waking&Posture Rehabilitation Day Service