# 奥多摩ピラティス



#### 多摩産材にこだわったピラティスマシン

ピラティスは、1920年代にドイツ人のジョセフ・ピラティス氏によって考案されました。腹式呼吸が基本のヨガとは異なり、胸式呼吸を用いたストレッチによって、インナーマッスルの強化や姿勢の改善などを目指す、日本でも近年人気のエクササイズです。奥多摩ピラティスでは「大切な地球、大切な人がより健康に」なることを目指し、東京の木・多摩産材を使用した様々なピラティスマシンを製作。普及活動も積極的に行っています。





### 多摩産・国産の素材を使うメリット

当社では、製造するマシンの主要部分にすべて国産木材を利用。木材は多摩産のヒノキを採用しています。例えば、キャデラック Cadillac の場合(右頁参照)、ベースの部分は多摩産ヒノキで、敷かれているのは熊本産の畳。ヒノキとイグサの清々しい香りが空間に広がり、アロマテラピーのような効果も期待できます。また、国産であれば、輸送コストや二酸化炭素の削減にもつながり、SDGsにも貢献できます。



### ピラティスの練習を強化するための1台 Cadillac

私たちのキャデラックは、スプリング、ストラップ、および空中ブランコが基本セットになっており、ステンレスのパイプ以外は国産の天然素材を使用しています。キャデラックは、横に寝そべった状態、座った状態、立った状態などから、様々な動きができます。基本的なものから高度なエクササイズまで幅広く対応しており、細かい設定変更も可能なため、個々のニーズやレベルに基づいた1台をカスタマイズできます。







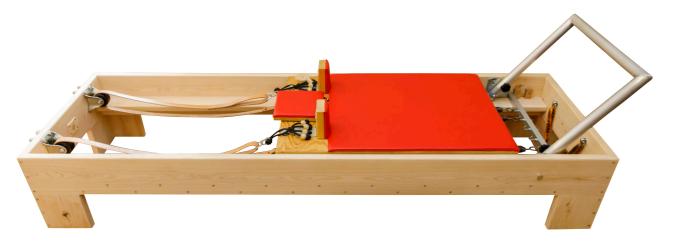
その他	
t v デラック Cadillac	
使用木材	ヒノキ(多摩産)
サイズ(mm)	W660 × H2,000 × D2,000
ロット数	1
価格(税別)	¥800,000 ~

※日本国商標権を取得しています(商標第6144024号)。

120

### 寝たままの姿勢で全身運動ができる Reformer

一例として、自転車を漕いで股関節を動かす運動、ロープを引っ張って肩甲骨を動かす運動などを、室内で簡単に模倣できる器具です。足・背骨・首のアーチ、股関節や肩甲骨の流動性を復活させることができます。寝たままの姿勢で全身運動を行えるため、多くの方にオススメしています。







#### その他

#### Reformer

ricioiiiici		
使用木材	ヒノキ(多摩産)	
サイズ(mm)	W660 × H360 × D2,200	
ロット数	1	
価格(税別)	¥600,000~	



#### バランス能力の向上に最適 Pedi Pole

背骨をまっすぐに伸ばし、重要な筋肉群を強化するのに効果的な器具です。上半身と下半身のバランス機能を促進します。小さな木製のプラットフォームにポールを取り付けたシンプルな構造ですが、このポールは、使用者の背骨を模倣しており、各エクササイズを通して、背骨を適切な位置に維持することを目的としています。付属のCord・Innateに装備されたアーム用のバネを使えば、様々なエクササイズが可能です。



#### その他

#### PediPole

1 ean ole	
使用木材	ヒノキ(多摩産)
サイズ(mm)	W450 × H2,150 × D600
ロット数	1
価格(税別)	¥100,000 ~

※日本国商標権を取得しています(商標第6144024号)。



### 手と足の指間部に注目した 特許取得器具 Cord・Innate

従来のピラティスで使用されていた一般的なストラップには、指間部に正確な意識を向けることが難しいという問題が。そこで、 $Cord \cdot Innate$ という手と足の指間部に注目した、球体の付いたモデルを開発しました。指間部に装着することで、手首と足首のピラティス運動が可能になり、手足のアーチが復活、重心の軸が安定する効果が期待されます。当社で販売する、Cadillac、Reformer、PediPoleに標準装備されています。





#### その他

# Cord · Innate

使用木材	ヒノキ(多摩産)
サイズ(mm)	W150 × H150 × D24
ロット数	1
価格(税別)	¥11,000

※日本国商標権を取得しています(商標第6462502号)。 ※日本国特許権を取得しています(特許第6884978号、6892723号)。

# 猫背などの気になる姿勢を改善 Spinecorrector

脊椎を伸ばし姿勢を改善すると同時に、筋肉の強化を目的とする器具です。曲線アーチは胸を正しく開き、脊椎の自然なS字カーブを復元するために必要な運動をお客様にご提供します。曲線アーチは急なカーブと、もう一方の端が浅いカーブであるため、お客様に合わせてエクササイズを進めることができます、両側にある木製ハンドルは、運動する際に肩を安定させ、全身運動を可能にしてくれます。





#### その他

# Spinecorrector

使用木材	ヒノキ(多摩産)	
サイズ(mm)	W450 × H300 × D900	
ロット数	1	
価格(税別)	¥180,000~	

<sup>※</sup>日本国商標権を取得しています(商標第6144024号)。

### 椅子型のピラティスマシン Chair

椅子型のコンパクトな器具なので、自宅でもエクササイズを行いたいという人におすすめです。ペダルにはバネが取り付けられています。体幹を鍛えたり、上肢・下肢の筋力強化などに効果的です。エクササイズをしないときは、家具としてもお使い頂けます。



#### チェァー Chair

Citati		
使用木材	ヒノキ(多摩産)	
サイズ(mm)	W550 × H600 × D700	
ロット数	1	
価格(税別)	¥200,000~	

<sup>※</sup>日本国商標権を取得しています(商標第6144024号)。

# 多摩産材×ピラティスで 環境保護と人々の健康の両方を追求!

JR 奥多摩駅から車でおよそ15分。奥多摩湖のほど近くに建つ旧小河内小学校の校舎の中に、平成26年に創業した奥多摩ピラティスがあります。

同社では、木の香りを感じながらエクササイズができるピラティススタジオを運営するほか、多摩産材を使ったピラティスマシンの製造販売、ピラティスのワークショップや体験会、指導者養成講座などを行っています。

#### ピラティスと出会い、木の癒し効果を再認識

同社代表の小関陸史さんは多摩の出身。幼い頃から父と釣りに行くなど、奥多摩の豊かな自然の恵みの中で育ちました。新宿区の高校に進学して初めて、「同じ東京なのにこんなに自然環境が違うんだ!」と気付いたといいます。そんな小関さんがピラティスに出会ったきっかけは、スポーツの専門学校を経てサーフィン選手を目指していた矢先のケガでした。長引く腰痛から小関さんを救ってくれたのがリハビリの一環として取り組んだピラティスで、運命的なものを感じた小関さん。平成21年、まだ日本でほとんど知られていなかったピラティスの会社に就職し、インストラクターとして活動します。そして次の転機が訪れました。

「ピラティスで一度は良くなった患者さんが、1か月ほどでまた悪くなってもどって来てしまう。これは何でだろう? そんなとき『奥多摩の大ヒノキのところに行くと体がスッキリする』という話を聞き、試してみたらその通りでした。自然を守りたい、木を植えたいと考え、カブで日本中の山を巡りつつ植林をする旅に出ました。その旅で痛感し、たどりついた結論が、日本の森を活用し、自然を守っていかなければならないということでした」

#### 多摩産材をふんだんに使ったピラティスマシン

小関さんが独立してスタジオを始めた当時、国内のピラティスマシンはほぼすべて 輸入品でした。しかし、日本人の体型には合わず、「背骨が痛い」などの声も多かっ たそうです。そこで小関さんは、多摩の自然の材料を使ったピラティスマシンの製造 販売を始めました。最初は多摩の竹や古民家の再生材で、次第に多摩産材のヒノキの ものが中心に。そんな同社のオーダーメイドのピラティスマシンは「空間が木の香り になって癒される」「木目を見ると温かみを感じる」などと大好評で、都心のスタジ オや社員の健康増進を考える大企業などからの引き合いが絶えません。

「米国のモントレーはヒノキの産地として世界的に有名ですよね。でも、実際に視察に行ってみたら、日本の多摩産材のヒノキのほうがずっと香り高かったんです。ヒノキ風呂などもあるように、日本のヒノキは本当に素晴らしい高級素材です。もっともっと日本の木を使って林業を活性化し、多摩産材や国産木材を地域の中で循環させていかなければ。そして、多摩産材を使うことで地域の環境もそこに住む人の健康も守れるのです。ピラティスマシンの製造から、貢献していきたいと思います」



▲代表の小関陸史さん





▲小学校の校舎を利用した 奥多摩ピラティス

# 奥多摩ピラティス

https://okutamapilates.com



〒198-0221 東京都西多摩郡奥多摩町留浦1237 旧小河内小学校内 TEL 0428-26-2551 MAIL pilates@okutamapilates.com

