

水の流れの中で『浴びる・歩く』を行います。

流水

流水とは？

下の写真のマシンで超音波を作りだし、体内に深く浸透し、内臓運動を引き起こすことで、内臓機能の向上に繋がります。人の手では届きにくい部分にも超音波によって筋肉に刺激を与えてくれます。



どんな効果があるんですか？

腰痛改善効果

腰の痛みがある時は、流水を浴びると痛みが流水にあたることで受動運動がおり、筋肉（インナーマッスル）まで強化でき、腰痛改善が期待できます。

マッサージ効果

マッサージされているようで気持ちがいい♪

超音波が身体の深部まで侵入することで、手や機器のマッサージでは体験できない効果が体験できます。人に触られるのが苦手な方！！人に触られず、流水の力でマッサージ効果が得られます。

温熱効果

身体がぽかぽかしてぐっすり眠れます

細かい振動が身体を刺激し、血行促進に繋がります。さらに、運動をすることで、新陳代謝が高まります。

1秒間に100万回の波動を起こして乱流を作り出す驚きのマシン♪

リラックス効果

マッサージされているようで気持ちがいい♪

乱流による皮膚刺激が、脳に大量の刺激を与え、リラックス効果や爽快感が得られます。

様々な場所に効果的です。



興味を持ったそこのあなた！！流水マシンを使った様々なプログラムをご用意しています。詳しくはスイミングスケジュールをご覧ください。

