

ふまねっと本体・教材のご案内

🔔 価格は予告なく変更する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

ふまねっと本体

(1) サイズをご選択下さい

ふまねっとレギュラー (2枚一組)

- 横3マス縦4マスの「ふまねっと」を2枚連結して、横3マス縦8マスの基本サイズにセットして使用します。
- 縦4マスのまま、「ホームワーク」としても使用可能です。
- ふまねっとレギュラー1セットあたりの生徒人数は10名を推奨いたします。
- 収納バッグが付属しております。

ふまねっとホームワーク (1枚のみ)

- 横3マス縦4マスのふまねっと1枚でふまねっと運動を実施します。
(縦4マスを往復してステップを行います。)
- 6畳程度の広さのお部屋で使用することができます。
- 収納バッグはついておりません。

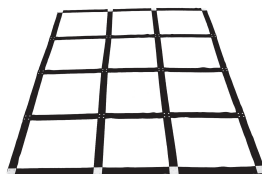
(2) 材質・色をご選択下さい

ゴム製 (黒色)

- 重量：約980グラム
- サイズ：横約153cm×縦約200cm

ナイロン製 (赤色)

- シートベルトのような肌触りです。
- ゴム製より軽く、持ち運びに便利です。
- 重量：約780グラム
- サイズ：横約153cm×縦約200cm



※2012年春以前に購入された旧製品と連結はできません。

下記からご選択下さい。

① レギュラー ゴム製	33,000円 (10%税込)
② レギュラー ナイロン製	27,500円 (10%税込)
③ ホームワーク ゴム製	16,500円 (10%税込)
④ ホームワーク ナイロン製	13,750円 (10%税込)

ふまねっと教材

⑤レクリエーションステップ集 第1巻 1,100円 (10%税込)

- 童謡に合わせて行うレクリエーションステップ22種類を掲載しています。
- 対象は比較的元気な方を想定しています。
歌を歌ったり、2人で交差をしたり、いろいろチャレンジしてみてください。

まずはこの1冊から

⑥認知機能改善8週間プログラム 第3版 1,100円 (10%税込)

- 8日分の健康教室ステップと説明セリフを掲載しています。
- 対象は70代後半からの、少しふらつきのある方、認知機能の低下が気になる方などを想定しています。



2019年2月1日第3版に改定しました。
ステップや手拍子を打つ箇所に変更はありません。
ステップの説明セリフ例に軽微な改定があります。

まずはこの1冊から

⑦じっくりステッププログラム第1巻 550円 (10%税込)

- 4日分の健康教室ステップと説明セリフを掲載しています。
- 対象は70代前半までの比較的元気な方を想定しています。

⑧デモンストレーションDVD 2,000円 (10%税込)

- ふまねっと教室を行う一連の流れを映像でご覧いただけます。

⑨「ワンツースリー」[※] ボランティアシャトルTシャツ 2,200円 (10%税込)

⑩「ワンツースリー」[※] オリジナル名札フォルダー 550円 (10%税込)

※当法人の旧名称「地域健康づくり支援会ワンツースリー」です。

⑪ふまねっとハンカチ 700円 (10%税込)

⑫ふまねっと収納バッグ 1,100円 (10%税込)

↓ふまねっとレギュラー①・②には付属しております。



⑨Tシャツ
色：パーガンディ
サイズ：XS/S/M/L/XL

⑪ハンカチ (タオル生地)
色：白/ベージュ/グレー/
ピンク/ブルー

⑫収納バッグ
色：白地に赤ライン

「ふまねっと」は登録商標です (商標登録第4926898号)。

ふまねっと運動の用具及び用具を利用した訓練方法について特許を取得しています (特許第6516244号)。

お申込方法…裏面申込用紙にご記入の上 FAX でお申込み下さい。



www.1to3.jp

認定NPO法人ふまねっと

☎003-0021 北海道札幌市白石区栄通19丁目2-7

TEL: 011-807-4667 FAX: 011-351-5888