

ROSIO®

ロシオー

かかとのない健康シューズ

「歩くこと」をカタチにしたシューズ。
「鍛えること」を認識したシューズ。

ロシオウォークで運動不足を解消!

からだシャキッ!

わたしが
オススメ
します



ロシオは運動不足の方にオススメ!

健康運動指導士 松井 里美

ロシオシューズの最大の特長は、この独自のソール形状にあります。かかとから爪先への正しい体重移動と、美しい歩行姿勢を実現します。運動不足の方や、運動は苦手という方にロシオはおすすめのスニーカーです。ロシオからの健康ライフを応援します。

しっかりとトレーニングしたい方におすすめ!

定番タイプ

足を入れて直立した際に地面との傾斜が15度になるように設計された靴底の構造により、姿勢の気になる方も自然と背筋が伸びた姿勢となり、普段使われにくい筋肉を使うことで効率良く背筋・腹筋・下肢の筋力トレーニングができます。



流れるようなシャープなRのイニシャルが映える MR03モデルデビュー! **NEW**

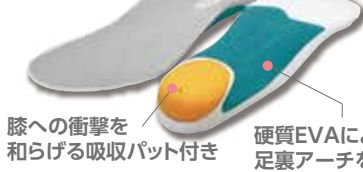


ブラック
22.5~27.0・28.0cm



グレー
22.5~25.0cm

かかとを包み込んで
足ブレを軽減



膝への衝撃を
和らげる吸収パット付き

硬質EVAにより
足裏アーチをサポート

内側に
ロック機能
付き
ファスナー

サイドファスナー付 **15°**

ロシオ MR03

サイズ：カラーによりサイズが異なります。通常履いている靴よりも1サイズ大きめをおすすめします。

カラー：ブラック・グレー

価格：14,080円 (本体価格)12,800円

■ 甲材：合成皮革×ポリエステル ■ ウィズ：EEEE ■ 底材：合成底
■ 重量：約320g 23.5cm (片足)



長きにわたって定評のあったMシリーズの後継モデル【MR03】がついに登場。セットアップしやすい協調性のあるデザインは洗練された魅力ある足元を演出します。

立体構造アーチが足裏をしっかり支え、かかと部には衝撃吸収材を採用した贅沢なインソールを標準装備。

クッション性と軽量を兼ね備えたEVAを採用したミッドソールは見た目もスッキリ。

ロシオマジックアングルを支えてくれる軽量カーボンシャンク。

新しい意匠を施した新設計の合成ラバーソール。

ロシオ初の幅広4E採用でゆったりな履き心地。 シンプルなデザインは、シーンを選ばずロシオウォーク。



ブラック



ホワイト

より滑らかな
体重移動を可能にした
新開発ロシオ
マジックアングル!

内側にロック付き
ファスナー



新開発された
アウトソール

ロシオ RGT

サイドファスナー付 **15°**

サイズ：22.5~27.0cm・28.0cm カラー：ブラック・ホワイト

価格：14,080円 (本体価格)12,800円

■ 甲材：合成皮革 ■ ウィズ：EEEE ■ 底材：合成底
■ 重量：約290g 23.5cm (片足)



オンでもオフでもご利用できるように、スッキリとしたデザインを採用。内側にはロック式ファスナーも装備されており、使い勝手に抜かりなし。

立体構造アーチが足裏をしっかり支え、かかと部には衝撃吸収材を採用した贅沢なインソールを標準装備。

クッション性と軽量を兼ね備えたEVAを採用したミッドソールは見た目もスッキリ。

ロシオマジックアングルを支えてくれる軽量カーボンシャンク。

新しい意匠を施した新設計の合成ラバーソール。

ロシオはこんな方にオススメです



最近、つまずきやすいという方に

姿勢が気になる方に

運動不足の方や、
運動は苦手という方に

直立した時は、足長効果も



ロシオ共同研究者

日本整形外科学会 認定スポーツ医
医学博士 松浦 義和

昭和36年 3月：順天堂大学医学部卒
昭和41年 3月：順天堂大学大学院 医学研究科博士課程修了
昭和41年12月：順天堂大学医学部助手、医局長併任
昭和41年 4月：順天堂高等看護学校(現看護学部)講師
昭和43年 8月：松浦整形外科医院開業
平成10年 4月：広島県大竹市医師会会長

スポーツ医学・人間工学の応用により 開発された全く新しいウォーキングシューズ。

若さと健康づくりは、第2の心臓と言われる足もから。ロシオは、履いて歩行することにより正しい歩き方が身につくとともにひざが伸び背筋・腹筋・下肢の筋力トレーニングになり、腰痛体操も誘導できる構造の新しいウォーキングシューズです。



ひざ・腰
しゃきん

はじめての方にもおすすめ

なめらかタイプ

地面との傾斜が7度となめらかに設計されたロシオゴールド。はじめてロシオを履く方にもおすすめ。背筋・腹筋・下肢のトレーニングを毎日無理なく続ける事ができます。ロシオゴールドは、より幅広い方々に安心して気軽に履いていただくことができる健康シューズです。



インソールにもこだわった軽量メッシュモデル

軽量
約260g
23.5cm(片足)

ブラック/ピンク
22.5~25.0cm



かかとを包み込んで やわらか素材で
足ブレを軽減 蹴り足をサポート



膝への負担を
軽減する吸収パッド

硬質EVAにより
足裏アーチをサポート

ブラック
25.0~27.0cm



グレー
22.5~25.0cm



ロシオゴールド・MS

サイドファスナー付 7°

サイズ：カラーによりサイズが異なります。 カラー：ブラック/ピンク・グレー・ブラック

価 格：14,080円(本体価格)12,800円

■ 甲材：合成皮革×ポリエステル ■ ウィズ：EEE ■ 底材：合成底

ロシオゴールド専用
アウトソール

内側にロック付き
ファスナー



ライトな装いでもマッチするレザースニーカーモデル

ダークグリーン
23.0~25.0・
26.5~27.0cm



キャメル
23.0~25.0cm



織りネームには
GOLDSTARの
復刻ロゴを使用



在庫
限り

ロシオ GS7(ジーエスセブン)

サイドファスナー付 7°

サイズ：カラーによりサイズが異なります。 カラー：ダークグリーン・キャメル

価 格：14,080円(本体価格)12,800円

■ 甲材：天然皮革×合成皮革 ■ ウィズ：EEE ■ 底材：合成底 ■ 重量：約270g 23.5cm(片足)

はじめよう! ロシオウォーキング!

ロシオを使えばウォーキングはもちろん、ストレッチ運動にもなります。

Step 1 まずはウォーキングの基本から試してみましょう!



ロシオは通常のように“かかと”から“爪先” **A**▶**B**▶**C**の順に地面につけ、正しく歩くことからお始め下さい。

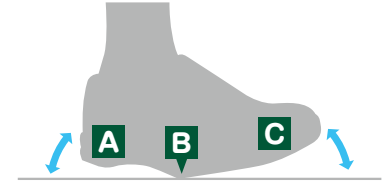
正しく歩くことによってストレッチ運動やスムーズな体重移動が身につきます。運動によるスポーツ障害の予防、足首のストレッチ運動にもなります。

Step 2 バランス&筋トレ



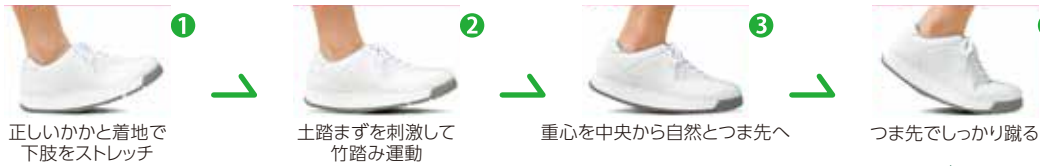
Bを使って立ったり、軽い足踏みをする
とバランス感覚の訓練にもなります。
歩けば筋カトレーニングになります。

Step 3 楽しんで運動!



Bを支点に **A B**と **B C**をシーソーのように交互に使って立つと下肢のストレッチ、竹踏み運動になります。

正しい歩き方



美しく、正しいウォーキングフォーム!

正しいウォーキングをすることでより効果を得られます。ぜひお試しください。

胸を張って、歩きましょう。

背筋を伸ばして歩きましょう。

腕の力を抜いて大きく振りましょう。

歩幅は広くして歩きましょう。

かかとから着地しましょう。

美しい背筋	シェイプアップ
ヒップアップ	下肢のトレーニング
	下肢のストレッチ

***使用上の注意**
(次のような方、または条件下では、ご使用にならないで下さい。)
・雨や雪の日、または歩行面が滑りやすい状態での使用はお避け下さい。やむをえずご使用になる場合は歩行面の状態を良くご確認ください。
・妊娠中の方、または下半身の骨折など外傷が完治していないため歩行が不安定な方。現在、外科などの病院にかかりつけの方は、ご使用前に必ず専門医にご相談下さい。
*靴の甲部を靴紐やファスナーなどでしっかり固定して下さい。

ロシオウォーキングでよく使われる部位

1 着地時
2 立脚時
3 立脚時
4 蹴脚時

かかと着地
かかと〜つま先
蹴る

在庫限りコーナー

M101 サイドファスナー付 抗菌防臭 15°

サイズ: 24.5cm
カラー: メタルピンク

価 格: **14,080円** (本体価格)12,800円

■ 甲材: 人工皮革×ポリエステル
■ ウィズ: EEE ■ 底材: 合成底

通気性に優れたメッシュ仕様で快適歩行をサポート

M103 サイドファスナー付 抗菌防臭 15°

サイズ: 26.0cm
カラー: ブラック

価 格: **14,080円** (本体価格)12,800円

■ 甲材: 人工皮革×ポリエステル
■ ウィズ: EEE ■ 底材: 合成底

スポーツ感たっぷりのブラック仕様

ロシオ GOLDSTAR ANV80 サイドファスナー付 7°

サイズ: カラーによりサイズが異なります。
カラー: ダークグリーン・キャメル

価 格: **14,080円** (本体価格)12,800円

■ 甲材: 天然皮革×綿(キャンバス地)
■ 内張り: 人工皮革 ■ ウィズ: EEE ■ 底材: 合成底

ダークグリーン 25.0~27.0cm
キャメル 24.5・25.0cm

80周年アニバーサリーモデル

ロシオゴールド・FT サイドファスナー付 7°

サイズ: 22.5・23.0・24.5cm
カラー: ワイン

価 格: **14,080円** (本体価格)12,800円

■ 甲材: 合成皮革 ■ ウィズ: EEE ■ 底材: 合成底

ワイン1色のみ

【ご注意】 *カタログ掲載の製品仕様・デザイン等は改良のため予告なく変更されることがありますのでご了承ください。 *商品の撮影・印刷場の関係で実際の色と多少異なる場合がありますのでご了承ください。 *表示価格は消費税10%を含めた税込価格です。

取扱い店 *商品に関するお問い合わせ・ご注文は



本社 〒702-8004 岡山県岡山市中区江並417-1 [大 阪] TEL 06-6398-7813(代)
TEL 086-276-2010(代) FAX 086-276-4050 [名古屋] TEL 052-502-8955(代)
株式会社 アスティコ <https://www.astico.co.jp>

