

歩くだけで姿勢改善。
筋力トレーニング、
下肢のストレッチ運動に。



ROSIO[®]
— ロシオー —

かかとのない健康シューズ

astico.co.jp (コーポレートサイト)

2023年4月改訂版

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：15,180円 (本体価格)13,800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：15,180円 (本体価格)13,800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。

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。

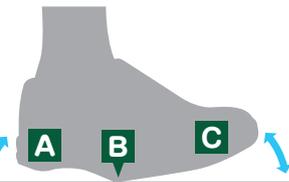
正しく歩くことによってストレッチ運動やスムーズな体重移動が身につきます。
運動によるスポーツ障害の予防、足首のストレッチ運動にもなります。

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。
歩けば筋力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



① 正しいかかと着地で
下肢をストレッチ

② 土踏まずを刺激して
竹踏み運動

③ 重心を中央から自然とつま先へ

④ つま先でしっかり蹴る

美しく、正しいウォーキングフォーム

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。

必ずかかとから
着地しましょう。



使用上の注意

- ロシオシューズは、ウォーキングなどの通常歩行の目的で作られたシューズです。スポーツ競技やその他の目的に使用すると怪我の原因になりますので、ご使用にならないください。
- ご使用の際は、最初は15分～20分を目安にお試しになって、慣らした後に距離を延ばすようにしてください。
- ロシオシューズの靴底は、独自の靴底形状のため、路面状況によっては、滑ったり、場合によっては転倒する恐れがあります。凸凹道、濡れた路面では特に注意してください。
- お年を召した方や足元がおぼつかない方は、かかりつけの医師にご相談の上ご使用ください。
- 妊娠されている方は転倒する恐れがあり危険ですので、ご使用にならないください。
- 階段やエスカレーターでの昇り降りの際は、手すりなどをしっかりとつかみ、バランスを崩さないよう十分に注意してください。
- ロシオご使用後に、足腰やその他身体の一部に少しでも痛みや違和感を感じたら、ご使用を中止し、必要な場合にはお医者様にご相談ください。
- 電車やバス等に乗車される際は、きちんと手すりや吊革につかまってください。
- ペットの散歩などのご使用は充分注意してご使用ください。ペットの動きへの対応で、転倒するなどの恐れがあり大変危険です。
- 靴は長期の保管や、経年により劣化が起きますので、アッパー部や靴底部に劣化が見られる場合はご使用にならないください。

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



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



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

【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

ASTICO
株式会社 アスティコ

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)
https://www.astico.co.jp

