



ROSIO®
ロシオ

かかとのない健康シューズ

履いて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。

履いて歩くだけの
カンタン運動でいつまでも
美しく健康に!



ロシオは運動不足の方にオススメ!

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シューズです。ロシオからの健康ライフを応援します。 健康運動指導士 松井 里美

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 直立した時は、足長効果も

運動不足の方や、運動は苦手という方に デスクワーク時でも足首の運動を促進したい方に

歩いた時の
特長

【着地時】●つま先が上がり歩幅が広くなります ●ひざ裏が伸びた着地ができます

【立脚時】●足首の可動域が大きくなります ●高い腰の位置をキープできます ●前傾姿勢になりにくく、背筋が伸びます ●独自のソール形状が、足の裏を刺激してくれます

【蹴脚時】●太腿の裏と、ふくらはぎの筋肉が伸びます ●下肢のストレッチ運動になります

●足の指に力の入った歩行ができます

なめらかタイプ



7°

傾斜7度タイプ
はじめての方におすすめ!

在庫
限り



軽さと通気性を兼ね備えた
やわらかメッシュモデル

ブラック

ピンクベージュ



ロシオ MD

サイドファスナー付 7°

サイズ: 22.5~24.0cm

カラー: ブラック・ピンクベージュ

価格: 17,380円 (本体価格) 15,800円

■ 甲材: 合成皮革×ポリエスチレン ■ ウィズ: 3E ■ 底材: 合成底

■ 重量: 約240g 23.5cm(片足)

フォーマルからカジュアルまでどんなシーンでも
活躍するシンプルモデル



ロシオ RD

サイドファスナー付 7°

サイズ: 22.5~27.0cm

カラー: スムースブラック

価格: 17,380円 (本体価格) 15,800円

■ 甲材: 合成皮革 ■ ウィズ: 3E ■ 底材: 合成底

■ 重量: 約240g 23.5cm(片足)

MD・RD
共通仕様

内側にロック付きファスナー



脱ぎ履き
ラクチン!

カップインソール



クッション性の高い
EVA素材

立体構造で
足にフィット

合成ラバーソール

傾斜7°の
なめらかタイプ
靴底面



ロシオウォーキングで からだシャキッ!

かかとの傾斜がポイント

ロシオの靴底は、足を入れて直立した際に地面との傾斜が15度(または7度)になるように設計されています。この特殊な構造により、姿勢の気になる方も自然と背筋が伸び、正しい姿勢が身につきやすくなります。さらに、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。



定番タイプ



傾斜15度タイプ

しっかりトレーニングしたい方におすすめ!

幅広4Eの定番モデル



ブラック

ホワイト



ロシオ RGT

サイズ: 22.5~27.0cm・28.0cm

カラー: ブラック・ホワイト

サイドファスナー付 15°

価格: 17,380円 (本体価格) 15,800円

■ 甲材: 合成皮革 ■ ウィズ: 4E ■ 底材: 合成底

■ 重量: 約290g 23.5cm(片足)

RGT・MRO3

共通仕様

内側にロック付きファスナー



アーチサポートインソール

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

合成ラバーソール

グリップ性の高い
凹凸のある底面



在庫
限り

通気性に優れたメッシュモデル



ブラック

グレー



ロシオ MR03

カラー・サイズ: 【グレー】 23.0~24.5cm

【ブラック】 23.0~24.0cm

サイドファスナー付 15°

価格: 17,380円 (本体価格) 15,800円

■ 甲材: 合成皮革×ポリエスチル ■ ウィズ: 4E ■ 底材: 合成底

■ 重量: 約320g 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

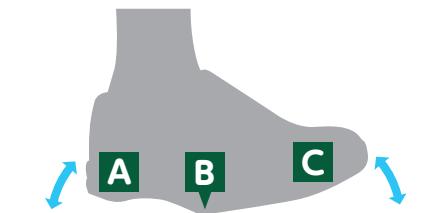


Bを使って立ったり、軽い足踏みをするとバランス感覚の訓練
にもなります。歩けば筋力トレーニングになります。

step

3

楽しんで運動!



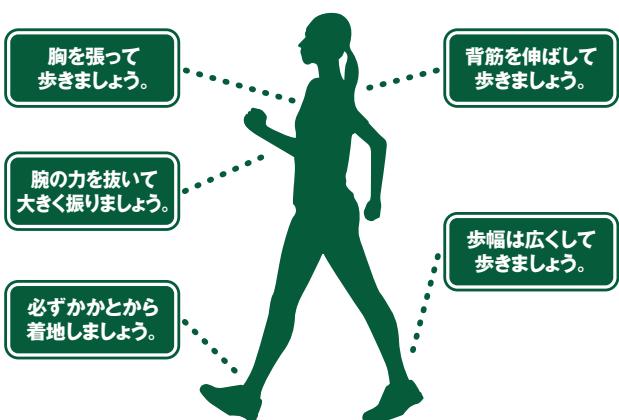
Bを支点に A B と B C をシーソーのように交互に使って
立つと下肢のストレッチ、竹踏み運動になります。

正しい
歩き方



美しく、正しいウォーキングフォーム

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、ご使用にならないでください。
- ご使用の際は、最初は15分～20分を自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、ご使用にならないでください。
- 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、足腰やその他の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でください。

【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。 *カタログ掲載の製品は全て日本で企画・設計し、中国で生産しています。

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>

