

トリコロキューブ

1 3x8m 3~

投げる

3色 27個のサイコロキューブを、3組がそれぞれ9個ずつ目標シートに投げ入れ、その出目とシート上の得点エリアの合計点数により勝敗を競うゲーム。加点の基本はゲット(自力点)とギフト(他力加点)から成っています。3組で競うので高度なプレーを要求される反面、偶然性も高く、単なる巧者必勝のゲームにはなりません。なお、サイコロキューブは安全で柔らかなウレタン素材を使用しています。



BE-TX SET

トリコロキューブセット
¥29,700 (税抜価格¥27,000)

トリコロマット1、キューブ27(各色9)、ルール付
キューブ: 一辺5.8cmの立方体、重量40g
素材: 発泡ポリウレタン
梱包サイズ: 56x19x10cm
重量: 約2kg



BE-T1

トリコロマット
¥9,680 (税抜価格¥8,800)

サイズ: 135cmx135cm
重量: 約720g
素材: PVC(面ファスナー留め)

ゲーム概要

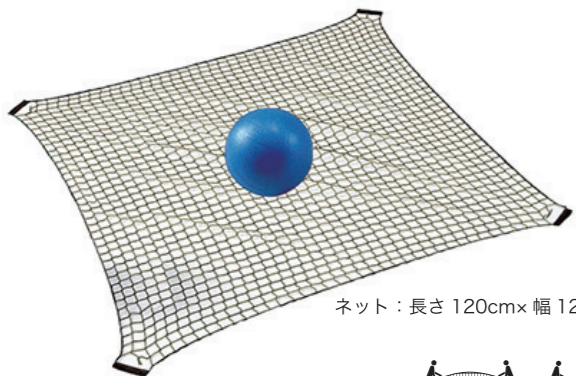
- ジャンケンで投げる順番とカラーを決めます。
- 各チーム順番に1個ずつキューブを投げます。
- 全てのキューブを投げ終えたら、得点の計算をします。
- 得点エリアの上にあるキューブとマットのカラーが一致した場合、そのチームにサイコロの出目×得点エリアの数字がゲット(自力点)として、得点が与えられます。(例1) カラーが一致しない場合、そのマットカラーのチームへサイコロの出目の分だけがギフト(他力加点)として与えられます。(例2)
- 以上を1セットとし、そのセットが終わったら、マットの左一列を外して右側へ付け替えます。
- 計3セットを行い最も得点の高いチームが勝ち。

- (例1) 4x3となり黄色チームに12点が入る。
- (例2) 4点そのまま青チームに入る。

ネット・ネットゲーム

その他

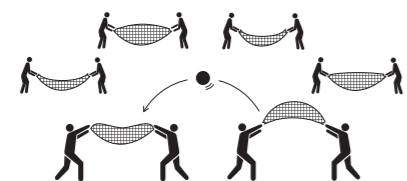
基本的に2人が意気をは合わせることで楽しむリードアップゲームです。2人でネットを持ち、レジンボールを2人で意気合わせ、頭上に上げたり、飛ばしたりします。何組かでボール送りゲームをしたり、ネットをラケットがわりにしてボールゲームを楽しむこともできます。



NE-TS SET

ネット・ネットゲーム12人用セット
¥27,500 (税抜価格¥25,000)

ネット6、レジンボール3、ルール付
6枚1組です。12名同時に楽しめます。
ボールは、やわらかいレジンボール3個付。



NE-T1

ネット・ネットゲーム2人用セット
¥5,170 (税抜価格¥4,700)

ネット1、レジンボール1、ルール付

健康づくり体操・ニーギニギ音頭を全国へ、世界へ ニーギニギ体操

フィットネス・健康

握力アップで筋力アップ。いつまでも健康な身体をめざして、ラジオ体操や健康体操の前後に、ベルフィットGを手を持って軽快な音頭に合わせて歌いながら行う体操です。



BE-GA SET

ニーギニギ24人用セット
¥19,800 (税抜価格¥18,000)

ベルフィット・ジー マルチ 24、DVD1、CD1、説明書1、歌詞カード2、ケース付

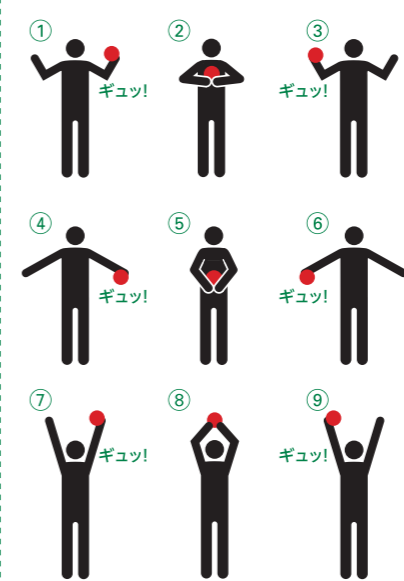


体操パターン ~ニーギニギ音頭~

- 今日も元気だ お空も晴れて ニーギニギニギ
こんにちは となりのばあちゃんは元気かな
横丁のおやじが笑ってる みんなのしあわせ
つかもう しっかりニギニギと
- だまりこんでも 心は晴れぬ ニーギニギニギ
話しちゃえ 見栄や欲もすこしある
色気食い気はあたりまえ 見果てぬ夢を
つかもう しっかりニギニギと
- やっと会えたね お達者ですか ニーギニギニギ
握手しよう 出無精テレビの見張り番
邪魔臭がらずにやって来い つどえば友だち
いっしょに やろやうニギニギを

前奏、間奏の間は手を軽くにぎり、足やお尻などをマッサージするように叩く。慣れてきたらいろいろな動きを組み合わせて体操します。
※2番、3番も同じように行う。

軽くにぎる → 持ち替える → 軽くにぎる



なぜニーギニギ?

握力は20代後半から下降し始め、65歳くらいで若い頃の約3分の2になります。広島県放射線影響研究所統計部の調査により、握力の強い人、普通の人、弱い人の3グループに分けて調査した結果、握力の強いグループの人たちの方が身体が健康であるという結果が報告されています。ただ単に、握力が強い人が長生きするとは言えませんが、握力に代表される筋力の強化は長生きと密接な関係があると言えます。

なぜニーギニギが良いの?

- 握った後フワッとゆっくり戻ることによる心のリラックス効果。
- 従来の器具にはなかったソフトな感覚。
- 適度な弾力抵抗。

なぜ音楽に合わせる事が大切な?

グリップングはどこでも自分のやりたい時にできるのが魅力です。その反面単調な動作の繰り返しのためどうしても飽きてしまいがちです。しかし、音楽に合わせて、全身運動と合わせて行うことにより、楽しみながら運動を継続することができます。一緒にみんなで歌を歌うことにより一体感ができたり、楽しい気分になります。また、肺活量が必要なため呼吸器の鍛錬にもなり、腹筋を使って歌えば一番ぜい肉のつきやすいお腹も引き締められます。

いつでも、どこでも、ギュッと握って握力強化 ベルフィット-G

フィットネス・健康

軽量、柔軟の安全タイプ。握ることによって、知育発達、筋力増加などの効果が期待でき、健康づくりをサポートします。



BE-G3

ベルフィット・ジー マルチ
¥880 (税抜価格¥800)

サイズ: 一辺5.8cmの立方体
重量: 40g
素材: 発泡ポリウレタン
レッド、ブルー、イエロー

※ご注文の際はカラーをご指定ください。



BE-G4

ベルフィット・ジー デコボコ
¥528 (税抜価格¥480)

サイズ: 縦7x横9.4x厚み4cm
重量: 40g
素材: 発泡ポリウレタン
イエロー

※ご注文の際はカラーをご指定ください。



BE-G5

ベルフィット・ジー クラッシュ
¥660 (税抜価格¥600)

サイズ: 縦5.7x横10.8x厚み2.5cm
重量: 10g
素材: ポリエチレン
ピンク、ブルー

※ご注文の際はカラーをご指定ください。



BE-G6

ベルフィット・ジー プレッピー
¥660 (税抜価格¥600)

サイズ: 縦13.3x横12.7x厚み2.5cm
重量: 25g
素材: ポリエチレン
ピンク、ブルー

※ご注文の際はカラーをご指定ください。