

## 「環境創造技術」で世界トップアスリートの育成に貢献

温度や湿度などさまざまな環境因子を精密にコントロールし、人工的に自然環境を再現する「環境創造技術」。当社の技術は、スポーツ科学の分野でも貢献しています。今回は低酸素トレーニング室についてご紹介します。

### 心肺機能を強化し、運動能力を向上させる 高地トレーニング

マラソンや競泳などのトレーニングや、エベレストなどの高山への登山準備において、「高地トレーニング」が行われています。高地トレーニングとは、酸素濃度の低い高地で運動や生活をするることによって、心肺機能を強化し、運動能力を向上させるものです。標高の高い山でトレーニングを行う場合には、国内には適した環境が少ないため、米国や中国など海外の山岳地帯まで出向く必要がありました。当社の低酸素トレーニング室を使用すれば、現地へ行かずに高地トレーニングを行うことができるため、トップアスリートの育成に活用されています。

### 高地トレーニングを行える低酸素環境を再現 低酸素トレーニング室

当社の低酸素トレーニング室は、独自の「環境創造技術」により、標高1,000m～5,000mの高地に相当する低酸素環境（酸素濃度11.2%～18.6%）を再現でき、高地トレーニングと同様のトレーニングを行うことができます。また、安全に使用できるよう、酸素濃度の下限警報機能など充実した保安機能を備えています。国立スポーツ科学センターをはじめ研究機関や教育機関でご使用いただいております。世界トップアスリートの育成に貢献しています。また近年では、一般の方が使用するトレーニング施設にも納入し、人々の健康増進・運動能力向上にも貢献しています。



さまざまな施設にエスペックの低酸素トレーニング室が納入されています

### 世界で闘うトップアスリートを育成

#### <国立スポーツ科学センター(JISS)>

日本オリンピック委員会等と連携して、日本の国際競技力向上への支援を行うJISS。マラソンや競泳などのトップアスリートが、低酸素トレーニング室でトレーニングを行っています。



### 低酸素状態でのスイムトレーニングも可能

#### <日本大学 スポーツ科学部 三軒茶屋キャンパス>

アスリートの競技力向上と指導者の育成を目的に設立された日本大学のスポーツ科学部。ここでは低酸素トレーニング室に加え、国内でも数少ない低酸素プール室を備えています。



低酸素トレーニング室



低酸素プール室

### 鉱山跡地を有効利用したユニークな施設

#### <岡山県美咲町 ハイポキマイン・走路・やなはら>

岡山県久米郡美咲町にある柵原鉱山跡を利用した施設です。標高1,000m~3,500mの高地に相当する低酸素環境を再現できます。地域の方々の健康増進や運動能力向上に役立てられています。



### 一般の方向け低酸素トレーニングジム

#### <高地トレーニングスタジオ 30peak 芦屋>

3月に兵庫県芦屋市にオープンした一般の方向け施設です。標高2,500mの高地に相当する低酸素環境を再現。1回30分の短時間プログラムで、より効果的なトレーニングを手軽に行えます。

