



PERINAOS

**ALPSALPINE**  
 extends your senses

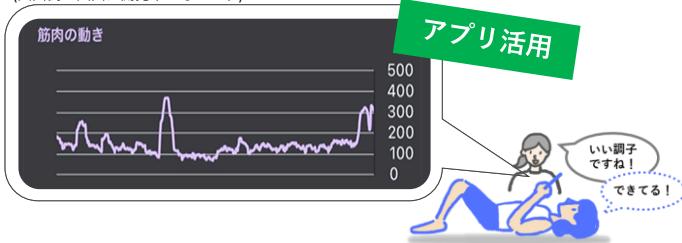
# ペリノス™はアルプスアルパインが開発中の、 骨盤底筋トレーニングをサポートする サービスのご紹介です



## 骨盤底筋トレーニングレッスンでのペリノス活用イメージ

### 腹横筋の動きをスマホで見る

(画面例：画面は開発中のものです)



- ✓ 適度な力を入れることができたか
- ✓ 持続やコントロールができているか
- ✓ 筋電図の記録、過去の動きとの比較

### トレーニング結果から指導内容の検討

(レポート例：図表やテキストは開発中のものです)



- ✓ 目標と実績を比較して目標を見直す
- ✓ 継続的にできているか、無理はないか
- ✓ 自宅トレーニングがうまくできているか

### ■仕組み①センサー



意識して鍛えることが難しい  
骨盤底筋の動きをセンサーで把握

### ■仕組み②アプリ



取得した動きをアプリで可視化  
リアルタイムにフィードバック

### ■仕組み③レポート



蓄積したデータを解析  
振り返りや次回以降の指導に活用

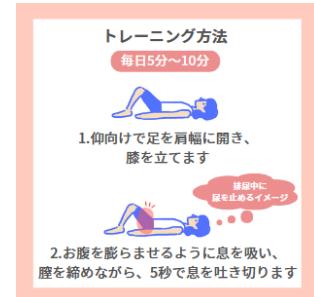
### 詳しい情報は



PERINAOS.ALPSALPINE

公式Instagram  
をチェック！

### ペリノス関連情報発信中



### アルプスアルパインについて

電子部品、車載機器を開発・製造するメーカーです。  
アルプスアルパインの技術力が集約された製品は、  
世界中のさまざまな分野で活用されています。

設立	1948年11月1日
資本金	387億3000万円
23年度 売上高	9,904億円

(2025年3月末現在)

