

足指の感覚を研ぎ澄ます 5本指シューズ

adipure Trainer



adipure Trainer
9,345円 (税込)
問い合わせ：http://adidas.jp/adipure/

まるで足そのもののような斬新なデザイン。5本指のトレーニングシューズ「adipure Trainer」とは。アディダスジャパン、スポーツパフォーマンス事業本部の若山源二朗さんに話を聞いた。

「大昔、人間は靴を履かない生活を送っていたわけですよ。それが靴を履くようになって、足指が退化してしまっただけです。足指を使ってもっと地面をつかんだり、指を動かすことができていた

はずです。その感覚に近づいていくには裸足がいちばんいい。足裏を刺激する事によって効果的にトレーニングをするには裸足がもっとも適しています。しかし、今日のジムなどではそれは難しい。そこで、裸足にもっとも近い感覚でトレーニングできるシューズとして、adipure Trainerが開発されました」

やはり、まず、目につくのは5本指というところだろう。

「普通の靴と違い、5本指で地面をしっかり捕えることができます。安定性を高めるためロープロファイル（低重心）設計になっていて、足指で地面をつかむ感覚を研ぎ澄まし、バランス感覚を養うための素足のような着用感を追及しています。靴裏にはグループという溝を施しました。普通の靴は着地したとき曲げられないんですが、この溝のおかげで地面をつかむ動作に合わせ、シューズも自然に曲げることができま

す。ホームページに声を寄せていただいている西岡剛選手も盗塁をする時、しっかりと地面を蹴り出す小指が重要だと話されていきました。足の小指の後ろ側から横に立っている白いラインがサイドウォールです。サイドがあることで横ブレが防止され、必然的に前足部を使うことになりま

「もちろんすべてのトレーニングに有効ですが特に効果が出るのはコア・トレーニングやバランス・トレーニングですね。正しい姿勢を保つためには、正しい筋肉を使わないといけません。インナーマッスルを鍛えるコアトレには効果的です。足指から頭までをつなぐ感覚を養えます。よく動いてほしい関節の筋肉を効率良く使ってあげることが、正しい筋肉の使い方。これにはバランストレーニングが適していて、このシューズを履いて行っていただければより効果があがるでしょう」

色づかいかいやデザインも大胆で斬新だ。

「配色はメンズ4色、ウーマン3色。女性向けではピンクのものも用意しました。アッパーには適

度な伸縮性を備えたストレッチスキャンを採用。当社といえばスリー・ストライプスのイメージですので、ゴム状の素材をあしらった3本線を施し、足の甲の部分をフォローするようになってい

3本線というデザインを機能に近づけているところが、adipureの凄さだ。今後はどんな展開を考えているのだろうか。

「まだまだ5本指のシューズは広まっていません。多くのアスリートが普通のトレーニングシューズを使っています。まず、いろいろなアスリートにadipureTrainerを履いて、トレーニングしてほしいですし、その効果を実感いただきたいと思っています」

ホームページでは西岡剛、浅尾美和、石川直宏、澤穂希、清武弘嗣、内田篤人、ハーフナー・マイク、今野泰幸といったアスリートたちから高い評価の声が寄せられている。

「2012年はオリンピック・イヤーですし、このシューズを履いてトレーニングしたアスリートがメダルを獲ってくれると嬉しいです」

アディダスがトレーニングシューズの歴史を転換し、その可能性を限りなく高めていきそうだ。