

アーサー・ジョーンズ (ARTHUR JONES)
 1926年11月22日～2007年8月28日
 米国アーカンソー州生まれ。ノーチラス社創業者。
 膨大な時間と費用を投じた実証実験を繰り返し、
 1970年にノーチラスマシンをこの世に送り出した。
 彼の理論は当時のエクササイズマシン業界に
 大きな影響を与え、現在のノーチラスマシンにおいても、
 アーサー・ジョーンズ氏の思想は引き継がれている。

ノーチラスマシンの歴史
 1970年、故アーサー・ジョーンズ博士により、ノーチラスマシン第一号機が完成しました。
 当時のウエイトトレーニングマシンには無い、革新的なメカニズムを多数搭載したノーチラスマシンは、「マイアミ・ドルフィンズ」の奇跡として、当時快進撃を続けた米国プロフットボールチームの名前とともに、知れ渡っています。
 「ノーチラスカム」を代表とする様々なマシン機構は、その後のウエイトトレーニングマシンの手本ともなり、フォームを変えながら現在もそのテクノロジーが受け継がれています。
 故アーサー・ジョーンズ博士が20年以上にわたる年月を費やし、筋肉の要求に完全に答える事ができるマシンをデザインしたその軌跡を紹介いたします。



1996年
「2ST」登場



1988年
「Next Generation」登場



1975年
4ステーションマシン
「BLUE MONSTER」完成



1970年
販売用ノーチラスマシン
第一号機完成



2011年
「Nautilus E・V・O」登場



2008年
「Nautilus ONE」登場



2003年
「NITRO Plus」
「XP Load」登場



2000年
「NITRO」登場

ノーチラスマシンの特徴

ノーチラスカム

楕円形の形をしたカムを搭載する事で、抵抗が自動的に正確に調節され、全可動域に渡り理想の筋力曲線でのトレーニングが可能となる。22種類もの異なるカムを使用。

直接抵抗

単関節種目においては、対象筋の付着している骨に直接負荷をかける構造になっており、負荷が分散しない仕組みになっている。

コンビージング&ディバージング

スタートからフィニッシュにかけて動作軌道が広がりたり、絞り込む軌道でアームが動くため、肩甲骨の動きにマッチした円運動が可能。

バランス抵抗

動作中の負荷の変化をよりバランス良くするために、レジスタンスアームヘカウンターウエイトを装備。

プレ・ストレッチング

動作の始めに対象筋が引き延ばされた状態となる事で、筋の力発揮が適切に行われる。

ネガティブカムの搭載

レックプレス等、急激な筋力曲線の上昇に対応する為、通常のカムとは別に、反対向きのトルクがかかるような構造のネガティブカムを搭載。

4バー・リンケーージシステム

単純な回転運動では補いきれない複雑な動作を、リンク機構を用いる事でコントロールする機構。

エルゴグリップ・テクノロジー

360度回転可能なグリップを用いる事で、最大伸展から最大収縮までの最大可動域をとることが可能。

行徳アスレチックセンターに設置しているNAUTILUS マシン一覧

初期型ノーチラスマシン

一説によると女性向けに作られたシリーズの為、躯体がコンパクトで日本人の骨格でも使いやすい作りとなっている。

10° チェスト



50° チェスト



デクラインフライ



プルオーバー



リアデルトフライ



ラテラルレイズ



トライセプスエクステンション



バイセプスカール



レッグエクステンション



レッグカール



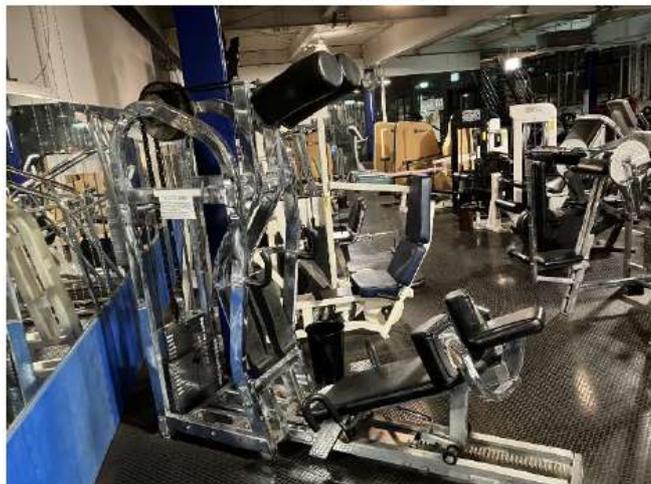
アブドミナルクランチ



ローワーバック



デュオスクワット



ヒップアダクション/アブダクション



行徳アスレチックセンターに設置しているNAUTILUS マシン一覧

NEXT GENERATION

1988年に発売されたモデル、ノーチラスのメカニズムはそのままに、より洗練されたフォルムが特徴的なシリーズである。

ミリタリープレス



コンパウンドロウ



バイセプスカール



4-Way ネック



シーテッドレッグカール



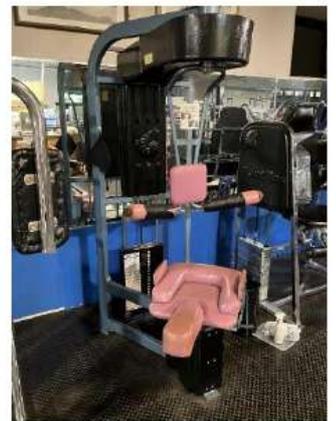
ローワーバック



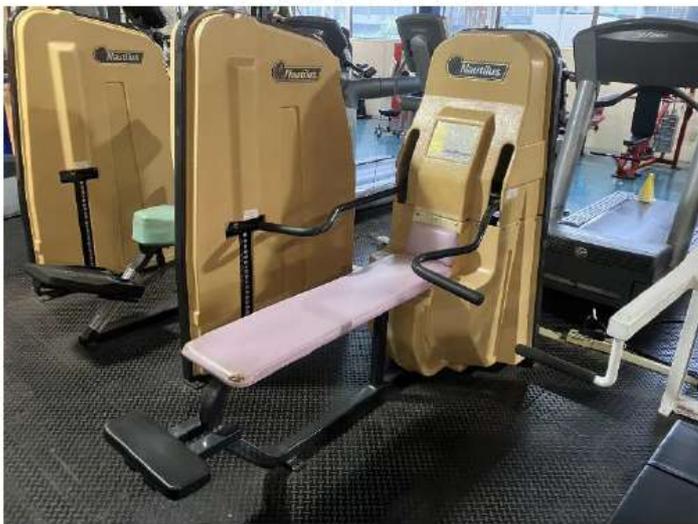
アブドミナルクランチ



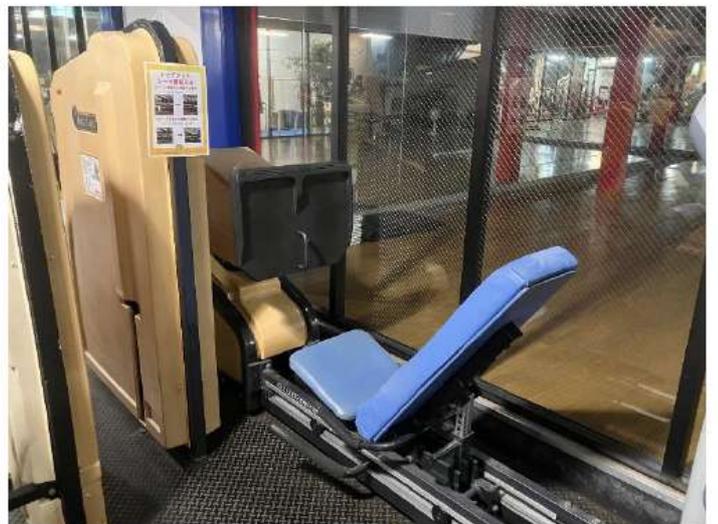
ロータリートルソー



ベンチプレスマシン



レッグプレス



行徳アスレチックセンターには、アーノルドが愛したプルオーバーマシンや、伝説のマシン「デュオスクワット」等、どれも貴重なNAUTILUSマシンが合計24台も設置しています。