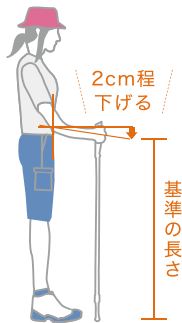


# ポールの長さを決める

かけたい負荷に応じて、  
お好みの長さを見つけましょう！！

## ポールを持って決める



- ①ひじを直角に曲げる。
- ②2cm程度手を下げると、  
基本の長さになる。(イラスト参照)
- ③負荷を小さくする場合は、  
②から手の位置を低くする。  
大きくする場合は高くする。

## 身長から決める

右の表の身長を目安に、かけたい負荷に該当する「ポールの長さ」から決める。(身長×0.60～0.66でも算出できます)

例 身長／160cm 負荷／ふつう ➡ ポールの長さ／101cm  
(160cm×0.63=101cm)

負荷が  
小さくなる  
(身長×0.60)

基本の  
長さ  
(身長×0.63)

負荷が  
大きくなる  
(身長×0.66)

| 身長      | ポールの長さ | ポールの長さ | ポールの長さ |
|---------|--------|--------|--------|
| 180 cm  | 108 cm | 113 cm | 119 cm |
| 175 cm  | 105 cm | 110 cm | 116 cm |
| 170 cm  | 102 cm | 107 cm | 112 cm |
| 165 cm  | 99 cm  | 104 cm | 109 cm |
| 160 cm  | 96 cm  | 101 cm | 106 cm |
| 155 cm  | 93 cm  | 98 cm  | 102 cm |
| 150 cm  | 90 cm  | 95 cm  | 99 cm  |
| ～145 cm | 87 cm  | 91 cm  | 96 cm  |



この合わせ方は、あくまでも目安です。ポールの長さは使用状況や歩き方、  
体型により変化しますので、より快適に感じる長さを選んでください。

## お役立ち情報を発信中！

下のQRコードをスマートフォンで読み取って  
いただくことでアクセスいただけます。

ポールの長さ  
の合わせ方



<https://hatachi.jp/note/detail/115>

ハタチ公式  
オンラインショップ



Instagramアカウント



## サンポ ウォーカー SUNPO WALKER

WH1600 ￥5,500 (本体価格¥5,000)

|         |                                                         |
|---------|---------------------------------------------------------|
| 素 材     | ： シャフト／アルミ<br>グリップ／ポリプロピレン<br>ストラップ／ポリエステル<br>先端ゴム／合成ゴム |
| 原 産 国   | ： 中国                                                    |
| 対 応 身 長 | ： 約131～185cm                                            |
| 調整サイズ   | ： 約85～120cm                                             |
| 収納サイズ   | ： 約81cm                                                 |
| 重 量     | ： 約260g/1本                                              |

color  
blue or pink  
(27) (64)



突き角度に追従し、広い設置  
面積を確保する先端ゴム。

## トリップ ウォーカー TRIPPO WALKER

WH1700 ￥11,000 (本体価格¥10,000)

|         |                                                         |
|---------|---------------------------------------------------------|
| 素 材     | ： シャフト／アルミ<br>グリップ／ポリプロピレン<br>ストラップ／ポリエステル<br>先端ゴム／合成ゴム |
| 原 産 国   | ： 中国                                                    |
| 対 応 身 長 | ： 約150～180cm                                            |
| 調整サイズ   | ： 約97～117cm                                             |
| 収納サイズ   | ： 約38cm                                                 |
| 重 量     | ： 約305g/1本                                              |

color  
blue or pink  
(27) (64)



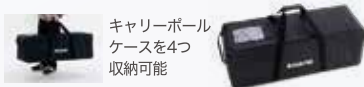
収納ケース付き

関節部分がロック  
できて安心

## 運搬用ラジボールケース

WH7910 ￥11,000 (本体価格¥10,000)

- 素材:ナイロン ●原産国:台湾
- サイズ:約長105cm×高35cm×厚35cm

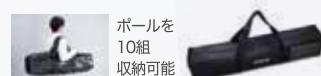


キャリーボール  
ケースを4つ  
収納可能

## キャリーボールケース

WH7900 ￥7,920 (本体価格¥7,200)

- 素材:ナイロン ●原産国:中国
- サイズ:約長105cm×高20cm×厚18cm



ポールを  
10組  
収納可能

(社) 全日本ノルディック・ウォーク連盟 賛助会員 公認メーカー

羽立工業株式会社

〒431-0421 静岡県湖西市新所3  
TEL.053-578-1501 FAX.053-578-2724

●印刷工程上の関係で、実際の商品の色と異なる場合がございます。●規格および仕様等を改良のため予告なく変更する場合がございます。●価格はすべてメーカー希望小売価格です。表示価格は消費税込の価格で、( )内は消費税抜き本体価格です。●メーカー希望小売価格は素材の価格変動その他の事情により予告なしに変更する場合がございます。●カタログで表示の重量などは設計値です。実測値が設計値と若干異なる場合がございます。●やむをえない事情により、価格の変更・生産完了となる場合がございます。●カタログ有効期限は2024.1～2024.12です。●カタログ内の情報は、2023年12月時点での自社調査に基づきます。

ZH4062

発行：2024.1



# ポールを使った 歩き方 目的に応じて、 歩き方を変えてみましょう！！

## 1 MEDICAL WALK メディカル ウォーク

腰・ひざ・股関節に痛み、体力に自信がないなど、運動をすることにに対して不安がある人向け。転倒防止・介護予防・運動療法での活用にも。

運動強度 弱 中 やや強い 強い



腕の振り方

前に拳を押し出すように自然に出す。

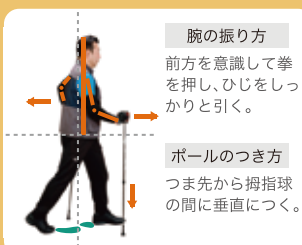
ボールのつき方

拇指球から土ふまずの間に垂直につく。

## 2 HEALTHY WALK ヘルシー ウォーク

最近、運動不足気味で、久々に身体を動かしたいが、どんな運動をしたらいいか迷っている人向け。また無理なく続けられる運動をしたい人にも◎。

運動強度 弱 中 やや強い 強い



腕の振り方

前方を意識して拳を押し、ひじをしっかりと引く。

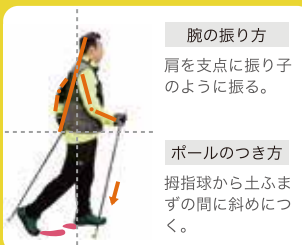
ボールのつき方

つま先から拇指球の間に垂直につく。

## 3 SPORTS WALK スポーツ ウォーク

健康維持のウォーキングじゃ物足りない！筋肉を使って運動していることを感じたい人向け。エクササイズ・フィットネスとしてもオススメです！

運動強度 弱 中 やや強い 強い



腕の振り方

肩を支点に振り子のように振る。

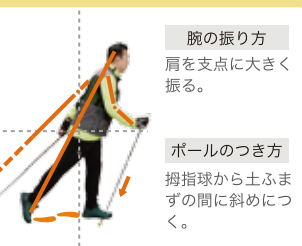
ボールのつき方

拇指球から土ふまずの間に斜めにつく。

## 4 HARD WALK ハード ウォーク

体力強化のためのトレーニングだという姿勢で臨み、もっとハードに身体に負荷をかけたい人向け。アスリート向けスポーツとしても楽しめる。

運動強度 弱 中 やや強い 強い



腕の振り方

肩を支点に大きく振る。

ボールのつき方

拇指球から土ふまずの間に斜めにつく。

デイフェンシブ  
スタイル

アグレッシブ  
スタイル

## DFP プログレッシブズーム 〈2本組〉

WH1120 ￥11,990 (本体価格￥10,900)

伸縮タイプ  
サイズ調整できます。

|    |                      |
|----|----------------------|
| 素材 | シャフト／アルミ             |
|    | グリップ／ナイロン、エラストマー     |
|    | ストラップ／ポリエステル、ポリプロピレン |
| 重さ | 約250g／本 原産国 台湾       |



■ グリップタイプ: エッググリップ ■ ボールキャップ: フィット型



対応身長: 約131cm～約190cm

調節範囲: 約85cm～約124cm  
最短時収納サイズ: 約83cm



接地面積1.8倍の  
安心先ゴム

ポールの突き角度に合わせて地面に追従する首ふり設計で、広い接地面積を確保。突き損じや滑りを軽減。

特許第5785726号

接地面積  
1.8倍!  
※当社比較

ラバーパッド  
フィット型〈2個組〉

WH5061 ￥1,320 (本体価格￥1,200)

● 素材: 合成ゴム ● 原産国: 台湾  
● ボール先端径10～13mmに実装可能

エッググリップ

握りやすさを  
追求したタマゴ形状

握りやすいタマゴ形状が、手の中ですっぽりと収まる。無理なく自然な手の形で握ることができる。

ハタチ  
オリジナル  
仕様

イージー  
ラップストラップ

カンタン装着で  
しっかりフィット

手を受け止める  
安定構造

握力に自信が  
なくても安心

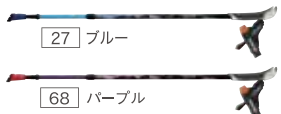
## AGP アドバンスズーム2 〈2本組〉

WH1331 ￥13,200 (本体価格￥12,000)

伸縮タイプ  
サイズ調整できます。

|    |                   |
|----|-------------------|
| 素材 | シャフト／アルミ          |
|    | グリップ／ナイロン、エラストマー  |
|    | ストラップ／ポリエステル、ナイロン |
| 重さ | 約230g／本 原産国 中国    |

■ グリップタイプ: ネクスフォートグリップ  
■ ボールキャップ: ライフラインブーツ型



対応身長: 約131cm～約195cm

調節範囲: 約85cm～約127cm  
最短時収納サイズ: 約85cm



逆V字ソールが  
安定して  
地面を捉える

接地面の逆V字ソールが地面を捉え、優れたグリップ力を発揮。地面に追従するくびれがボールの突き角度に合わせてフィット。

特許第6093199号

接地面積  
※当社比較 1.5倍!

14 35 45 54  
ネイビー グリーン イエロー オレンジ

62 レッド

ラバーパッド  
ライフラインブーツ型〈2個組〉

WH5081 ￥1,760 (本体価格￥1,600)

● 素材: 合成ゴム ● 原産国: 日本  
● ボール先端径10～13mmに実装可能

ハタチ  
オリジナル  
仕様

腕が振りやすく  
ストレスフリー

グリップ本体とストラップを連結するパーツが単独で可動。ストラップとのロスを軽減し、ポールを突く時に一体感が向上、腕が振りやすい!

ネクスフォート  
グリップ

カチッと押せば  
手は自由に

ユニフィット  
ストラップ

身体にやさしい  
サイズ調整設計で  
みんなにピッタリ

可動





## DFP ポータブルセクター 2

### 〈2本組〉Sサイズ / Lサイズ

セパレート タイプ



WH1181 ¥22,000  
(本体価格¥20,000)

素材 シャフト/アルミ  
グリップ/ナイロン、エラストマー  
ストラップ/ポリエステル、ポリプロピレン

重さ Sサイズ 約270g/本・Lサイズ 約280g/本

原産国 日本

■グリップタイプ: エッググリップ  
■ポールキャップ: フィット型

**Sサイズ** 対応身長: 約131cm~約162cm  
サイズ調整 調節範囲: 約85cm~約105cm  
できます。 最短時収納サイズ: 約34cm

**Lサイズ** 対応身長: 約154cm~約185cm  
サイズ調整 調節範囲: 約100cm~約120cm  
できます。 最短時収納サイズ: 約37cm

※身長は体格に個人差がございますので、あくまでも目安となります

最短  
約  
1/3  
サイズ

うれしい  
専用収納  
ケース付

WH7016-37



連結部をロックして  
ボールのガタツキを  
防止する安心設計



公認商品

## AGP ツアーセクター 2

### 〈2本組〉Sサイズ / Lサイズ

セパレート タイプ



WH1481 ¥22,000  
(本体価格¥20,000)

素材 シャフト/アルミ  
グリップ/ナイロン、エラストマー  
ストラップ/ポリエステル、ナイロン

重さ Sサイズ 約235g/本・Lサイズ 約250g/本

原産国 日本

■グリップタイプ: ネクスフォートグリップ  
■ポールキャップ: ライフラインブーツ型

**Sサイズ** 対応身長: 約138cm~約169cm  
サイズ調整 調節範囲: 約90cm~約110cm  
できます。 最短時収納サイズ: 約40cm

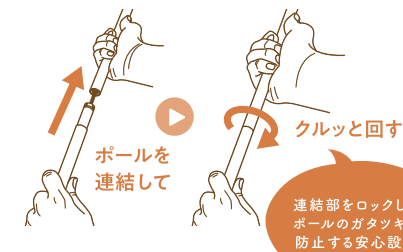
**Lサイズ** 対応身長: 約162cm~約192cm  
サイズ調整 調節範囲: 約105cm~約125cm  
できます。 最短時収納サイズ: 約43cm

※身長は体格に個人差がございますので、あくまでも目安となります

最短  
約  
1/3  
サイズ

うれしい  
専用収納  
ケース付

WH7016-37



連結部をロックして  
ボールのガタツキを  
防止する安心設計

## フリーアルミDフィット2

### 〈2本組〉

伸縮 タイプ

サイズ調整できます。



サイズ調整できます。 64 ピンク

WH1022 ¥11,990 (本体価格¥10,900)

素材 シャフト/アルミ  
グリップ/エラストマー  
ストラップ/ポリプロピレン、ポリエステル

重さ 約250g/本

原産国 日本

■グリップタイプ: 自然体グリップ  
■ポールキャップ: フィット型

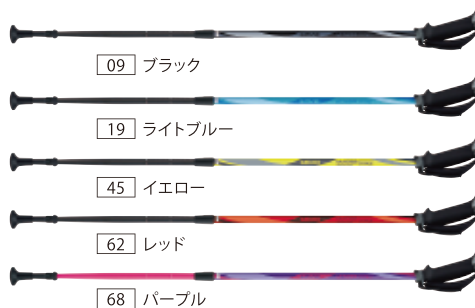
対応身長 約133cm~約187cm

調節範囲 約85cm~約120cm

最短時収納サイズ: 約85cm



公認商品



09 ブラック

19 ライトブルー

45 イエロー

62 レッド

68 パープル

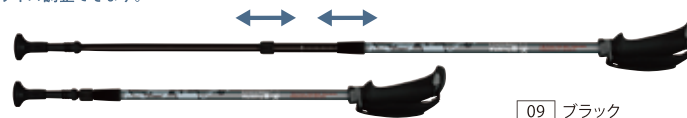
## ポータブルアルミDフィット

### 〈2本組〉

三段伸縮 タイプ

サイズ調整できます。

サイズ調整できます。



09 ブラック

WH1050 ¥19,800 (本体価格¥18,000)

素材 シャフト/アルミ  
グリップ/エラストマー  
ストラップ/ポリプロピレン、ポリエステル

重さ 約260g/本

原産国 日本

■グリップタイプ: 自然体グリップ  
■ポールキャップ: フィット型



公認商品

対応身長 約141cm~約180cm

調節範囲 約90cm~約115cm

最短時収納サイズ: 約62cm

収納ケース付き

WH7010

## バスケット50

WH5100 ¥550 (本体価格¥500)

●素材: アクリロニトリル・ブタジエン・ステン共重合樹脂  
●対応ポール: 当社ポール全品番(一部旧品番を除く)  
●重さ: 約7g/個 ●原産国: 台湾  
●ネジ部内径: 約φ13mm

自分で  
交換可能



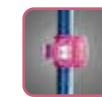
小型タイプ

## ラージレンズLEDライト

WH6100 ¥1,320 (本体価格¥1,200)

●素材: シリコン、プラスチック、LED  
●重さ: 約23g ●原産国: 中国  
●サイズ: 約縦4.2cm×横3cm  
※ボタン電池(CR2032)2枚使用  
※連続点灯約50時間

ボタンで  
高速点滅・点滅・  
点灯・消灯の  
4段階に変化



※写真はイメージです



ポールに装着でき  
視認性が向上

01  
ホワイト

しっかりとしたつばで熱中症対策



09 ブラック



01 ホワイト 66 ワイン

- 素材: ポリエステル
- サイズ: 頭囲約58cm(±3cm調整可能)
- 原産国: 中国

キャップ

BH8802 ￥2,970 (本体価格¥2,700)

軽量設計でアクティブな動きでもポーチが揺れにくい。



アクティブライトポーチ

WH7110 ￥3,850 (本体価格¥3,500)

- 素材: (本体)ポリエステル、ポリプロピレン、ポリ塩化ビニル (引手部) ポリアセタール、ナイロン
- サイズ: 幅35×高15cm ● ウエスト周り: 約55~120cm(調整可能)
- 付属品: 交換用ベルトカバー ● 原産国: 中国

大容量ポケットが様々なシーンで活躍。



ラージポケット  
ドリンクポーチ

WH7100 ￥3,300 (本体価格¥3,000)

- 素材: ポリエステル ● 原産国: 中国
- サイズ: 約長34cm×高20cm
- ウエスト周り: 約60cm~130cm

コンパクトに折りたためて、

持ち運びカンタン。



スリムボールケース

WH7001 ￥1,980 (本体価格¥1,800)

- 素材: ポリエステル ● 原産国: 中国
- サイズ: 約長12cm×高81cm, 約長12cm×高10cm(折りたたみ時)
- 対応ボールサイズ: 77cm~85cm

スマホが操作できる指切りタイプ。



66 ワイン



09 ブラック 14 ネイビー

ウルトラストレッチ  
グローブ

BH8028 ￥2,750 (本体価格¥2,500)

- 素材: (甲)トリノクール (平)人工皮革(プリント加工)
- サイズ: SS(ワインのみ)、SM、ML
- 原産国: 中国

各ボールの交換部品対応表

●…標準装備品 ○…交換可能品 ※…引き取り交換が必要なパーツ

| ポールパーツ対応表                | エッググリップ |        | 自然体グリップ |        | ネクスフォートグリップ |        | Skippoグリップ |        |
|--------------------------|---------|--------|---------|--------|-------------|--------|------------|--------|
|                          | WH1120  | WH1181 | WH1022  | WH1050 | WH1331      | WH1481 | WH1600     | WH1700 |
| WH5081 ラバーパッド ライフラインブーツ型 | ○       | ○      | ○       | ○      | ●           | ●      | ○          | ○      |
| WH5061 ラバーパッド フィット型      | ●       | ●      | ●       | ●      | ○           | ○      | ●          | ●      |
| WH5701 エッググリップ           | ●※      | ●※     |         |        |             |        |            |        |
| WH5700 グリップD01           |         |        | ●※      | ●※     |             |        |            |        |
| WH5722 ネクスフォートグリップ       |         |        |         |        | ●※          | ●※     |            |        |
| WH5801 イージーラップストラップ      | ●       | ●      |         |        |             |        |            |        |
| WH5800 ストラップD01          |         |        | ●       | ●      |             |        |            |        |
| WH5822 ユニフィットストラップ       |         |        |         |        | ●           | ●      |            |        |
| WH5702 Skippoグリップ        |         |        |         |        |             |        | ●※         | ●※     |
| WH5802 シームレスストラップ        |         |        |         |        |             |        | ●          | ●      |
| WH5100 バスケット50           | ○       | ○      | ○       | ○      | ○           | ○      | ○          | ○      |
| WH5600 ボールジョイント16        | ○       | ○      | ●       | ●      | ○           | ○      | ○          | ○      |

自分で交換可能



ラバーパッド  
フィット型<2個組>

WH5061 ￥1,320 (本体価格¥1,200)

- 素材: 合成ゴム ● 原産国: 台湾
- ボール先端径10~13mmに実装可能

自分で交換可能



ラバーパッド  
ライフラインブーツ型<2個組>

WH5081 ￥1,760 (本体価格¥1,600)

- 素材: 合成ゴム ● 原産国: 日本
- ボール先端径10~13mmに実装可能

安全に歩くための  
アフターメンテナンス

パーツ交換・修理

工場修理のみ  
別途工賃送料  
部品売不可



エッググリップ<左右組>

WH5701 ￥3,300 (本体価格¥3,000)

- 素材: ナイロン、エラストマー ● 原産国: 台湾

工場修理のみ  
別途工賃送料  
部品売不可



ネクスフォートグリップ<左右組>

WH5722 ￥4,950 (本体価格¥4,500)

- 素材: ナイロン、エラストマー ● 原産国: 台湾

工場修理のみ  
別途工賃送料  
部品売不可



グリップD01(自然体グリップ)  
<左右組>

WH5700 ￥2,750 (本体価格¥2,500)

- 素材: エラストマー ● 原産国: 日本

工場修理のみ  
別途工賃送料  
部品売不可



Skippoグリップ<左右組>

WH5702 ￥3,300 (本体価格¥3,000)

- 素材: ポリプロピレン ● 原産国: 中国

自分で交換可能



2本のボールを  
ジョイントして  
まとめられる  
使用して  
いない時には  
折りたたみ可能

ボールジョイント16<1個>

WH5600 ￥330 (本体価格¥300)

- 素材: ナイロン ● 原産国: 中国 ■ 対応サイズ: 約φ16mm

自分で交換可能



イージーラップストラップ<2個組>

WH5801 ￥1,980 (本体価格¥1,800)

- 素材: ポリエステル、ポリプロピレン ● 原産国: 台湾
- 対応グリップ: WH5701

自分で交換可能



ユニフィットストラップ<左右組>

WH5822 ￥3,960 (本体価格¥3,600)

- 素材: ポリエステル、ナイロン ● 原産国: 中国
- サイズ: フリー ■ 対応グリップ: WH5722

自分で交換可能



ストラップD01<2個組>

WH5800 ￥1,980 (本体価格¥1,800)

- 素材: ポリプロピレン、ポリエステル ● 原産国: 中国
- 対応グリップ: WH5700

自分で交換可能



シームレスストラップ<2個組>

WH5802 ￥1,980 (本体価格¥1,800)

- 素材: ポリエステル ● 原産国: 中国
- カラー: ブルー、ピンク ■ 対応グリップ: WH5702

修理交換工賃

詳細は弊社ホームページにてご確認ください。

右のQRコードから  
Webサイトで  
ご確認ください



<https://hatachi.jp/customer/maintenance/>

シャフト交換  
(ボール本体アルミシャフトの交換)

上段交換

グリップ代 + ￥3,300 / 1本(工賃含む)

中段交換 (スリーブ、ロック部品含む)

￥3,300 / 1本(工賃含む)

グリップ交換

ボールの持ち手部分(グリップ)の交換  
グリップ代 + 工賃 ￥550  
※左右組の商品は、左右両方の交換対応のみとなります

下段交換 (スリーブ、ロック部品含む)

伸縮/三段 スムーズタイプ  
(WH1120, WH1022, WH1150, WH1600)

￥3,300 / 1本(工賃含む)

セパレートタイプ  
(WH1181, WH1481, WH1700)

￥7,700 / 1本(工賃含む)

グリップD01 / フラパーツ交換

グリップD01に付属している、  
プラスチックパーツの交換  
￥1,100 (1つのパーツにつき)

ロック部品交換

ボールを固定するロック部品の交換  
(スクリューロック/レバーロック)

￥1,100 (1つのパーツにつき)

※レバーロックの固定具合を調整するネジ  
単品交換対応も上記金額となります

スリーブ交換

シャフトのガタつきを防止する  
プラスチックスリーブの交換  
￥1,100 (1つのパーツにつき)