

GYM エリア リニューアル!

第1弾 2026 8/1 土
新エリア誕生!

さらに使いやすいジムに変わります!



フリーウエイトエリア
約 2倍に拡大!

第3弾 12月 予定
新マシン導入!

デュアル アジャスタブル プーリー

ケーブルの高さやアタッチメントを変えることで、上半身、体幹はもちろんヒップアップから脚の引き締め、割れたお腹づくりまで全身の様々な部位をトレーニング。



マシンの使い方



第3弾
2

オリンピック ハーフ

2台導入

ベンチプレスやインクラインプレス、スクワットからデッドリフト、ベントオーバーローまで。



マシンの使い方



第3弾
3

第3弾
4

シーテッド ディップ

二の腕や大胸筋の下部を鍛えたい方に



第3弾
5

スコットベンチ



第3弾
6

アジャスタブル
ベンチ 2台増設



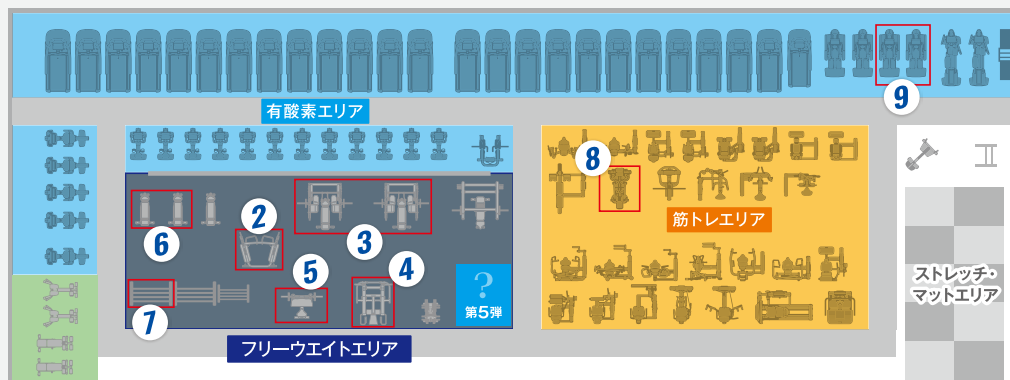
第3弾
7

ダンベル
24~34kg増設

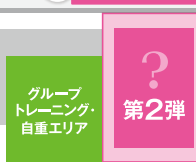


新マシン
導入予定!

第5弾



1 女性専用エリア



グループ
トレーニング・
自重エリア

? 第2弾

9

ストレッチ・
マットエリア

第1弾

女性専用
エリア 誕生!

筋トレエリア

第3弾
8

デュアル ペクトラル リバーズフライ

三角筋の後部や棘下筋、大胸筋の内側など、効かせづらい部分にアプローチ。立体感のあるカッコいい体に!



大人気につき
増設!

第3弾
9

ヴァリオ 2台増設

有酸素運動と同時に下半身も引き締められて、スタイルづくりにおすすめ



第2弾
新マシン導入!

11月 予定

新マシン
さらに
導入予定!

第4弾

導入までは自重エリアとしてお使いください

マシン講習会
開催します!

新しいマシンで今まで効かせづかったところがトレーニングできます。使い方をわかりやすくレクチャーしますので、さらに理想のスタイルを目指して頑張りましょう!