

GYM エリア リニューアル!

第1弾 2026 7/18 土
新エリア誕生!



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らかった
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!

第1弾 女性専用 エリア 誕生!



マシン導入まで
自重エリアとして
使えます

第2弾
2

ビジリス

1回15分座るだけで
下半身ケア。
お尻の筋肉を電気
のEMSで刺激し、
トレーニングをサ
ポート!

新マシンさらに導入予定!

第3弾

第4弾



1 女性専用エリア

フリーウエイトエリア

新マシン
導入予定!

第5弾

フリーウエイトエリア

第2弾
5



第2弾
6

スコット
ベンチ

第2弾
7

ダンベル
24~34kg増設

オリンピックハーフ 1台増設

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
バーロウまで。

第2弾 10月 予定 新マシン導入!

筋トレエリア

第2弾
3



デュアル
ペクトラル
リバースフライ

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!

第2弾
4

シーティッド
ディップ

二の腕や大胸筋の下部を
鍛えたい方に



※導入順は変更する可能性があります。