

GYM エリア

リニューアル! 8/21 金

さらにマシン充実
使いやすくなります!



マシン講習会
開催します!

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!

フリーウエイトエリア

1.5倍に拡大!

オリンピック ハーフ

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、ベンチオーバーロウまで。

1台増設



NEW 1

NEW 2

ダンベル
24~34kg新設

NEW 3

シー
ティッドティップ

二の腕や大胸筋の下部を鍛えたい方に

ティー
バーロウ

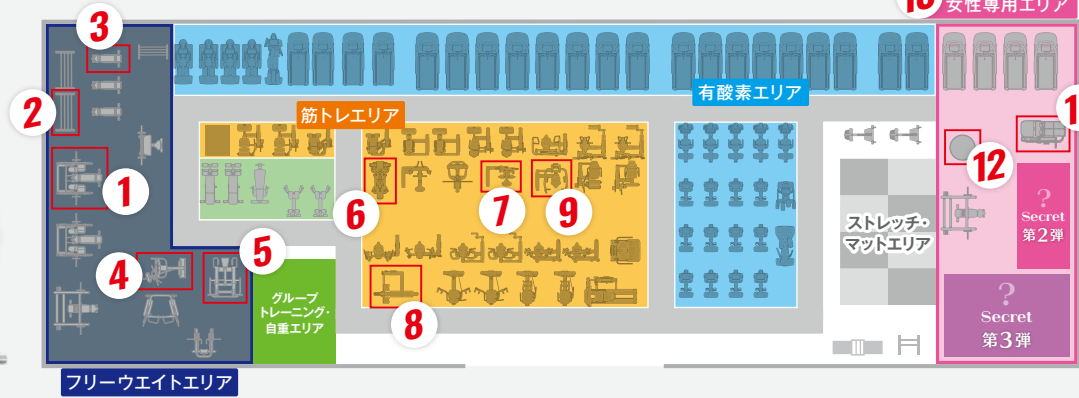
背中
の筋肉
全体を
鍛える

1台増設

アジャス
ダブルベンチ

NEW 4

NEW 5



筋トレエリア 新マシン導入!



NEW 6

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!



NEW 7

プルダウン

身体を固定してより効果的に背中を鍛えられる!



NEW 8

プーリー

ケーブルを引くことで広背筋や上腕三頭筋などの引き締め効果的!



NEW 9

デルツ
マシン

安全かつ効果的に三角筋と腕の筋肉を引き締められます!

NEW 11

ヒップスラスト



ヒップトレーニングに最適! 女性におすすめの新マシン!

NEW 12

ピジリス



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!

Secret
第2弾

Secret
第3弾

導入までは自重エリアとしてお使いください