

GYM エリア リニューアル!

2026
3/21 土

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!

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!

NEW 1 女性専用
エリア 誕生!

マルチパワー

NEW 2

お尻から脚、胸、腕まで全身の筋トレができるスミスマシン。垂直方向の移動が固定されているから、初めてでも安全に鍛えられる!

NEW 3

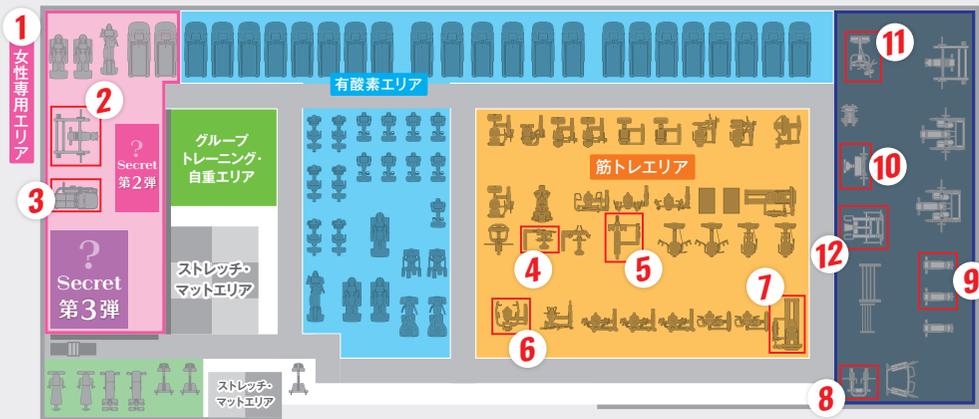
ヒップスラスト

ヒップトレーニングに最適!
女性におすすめの新マシン!

新マシンさらに導入予定!

Secret 第2弾

Secret 第3弾



筋トレエリア 新マシン導入!

NEW 4 **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 5 **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 6 **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 7 **レッグプレス** 1台増設

フリーウエイトエリア 約2倍に拡大! 新マシン導入!

NEW 8 **チンディップ**
懸垂で背中を鍛えたり、握るグリップや動きを変えてお腹も引き締められる自重マシン。

NEW 9 **アジャスタブルベンチ** 2台増設

NEW 10 **スコットベンチ**

NEW 11 **ティーバーロウ**
背中筋全体を鍛える

NEW 12 **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