

GYM エリア リニューアル!

2026
8/29 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!

1 女性専用エリア



マルチパワー

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 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!

NEW 3

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



筋トレエリア 新マシン導入!



**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。立体感のあるかつこい体に!

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



トータルアブドミナル

腹直筋を集中的に鍛えるマシン。ウエストの引き締めや体幹強化に。

NEW 7

ブルダウン

身体を固定してより効果的に背中を鍛えられる!



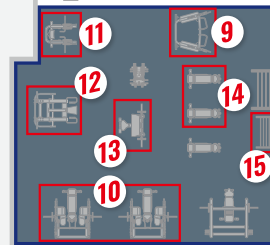
NEW 8



**コア
トレーナー**

ボードをスライドさせて体幹トレーニング。

フリーウエイトエリア



フリーウエイトエリア
新マシン導入!



NEW 10

**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。

2台増設

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、ベントオーバーロウまで。

NEW 11



チンディップ

懸垂で背中を鍛えたり、握るグリッパや動きを変えてお腹も引き締められる自重マシン。

NEW 12

**シートッド
ディップ**

二の腕や大胸筋の下部を鍛えたい方に

NEW 13



スコットベンチ

NEW 14



**アジャスタブル
ベンチ**

2台増設

NEW 15



ダンベル

1~10kg増設