

GYM エリア リニューアル!

第1弾 2026
エリア拡大! 7/18 土



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

第1弾 女性専用エリア
約2倍に拡大!



第2弾
2

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!

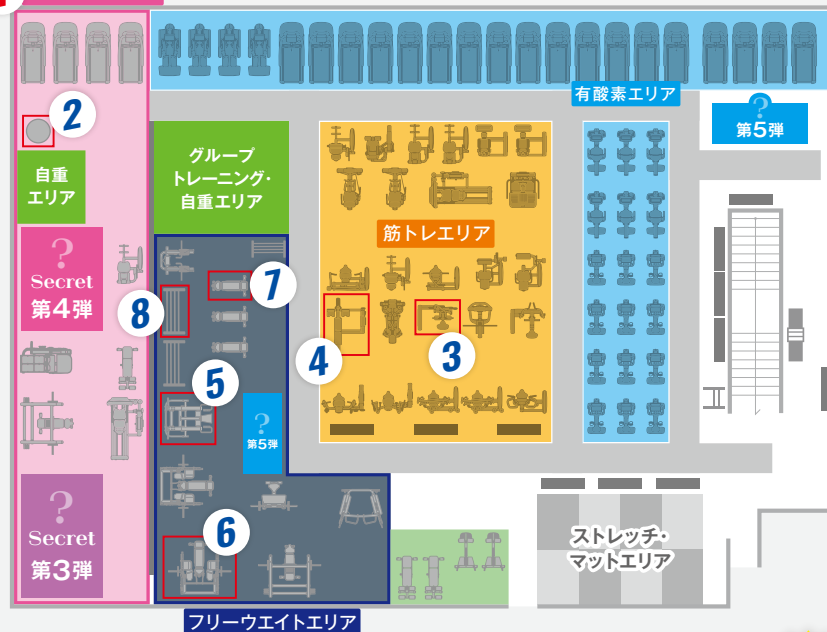
新マシンさらに導入予定!

第3弾

第4弾

導入までは自重エリアとしてお使いください

1 女性専用エリア



有酸素エリア
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
6

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
ントオーバーロー
ウまで。 1台増設

第2弾
5

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

第2弾
3



第2弾
4

