

GYM エリア リニューアル! 10/18 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!

フリーウエイトエリア 2倍に拡大! 新マシン導入!

デュアル アジャスタブル プーリー

NEW
1

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。



NEW
2



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
3



アジャスタブル
ベンチ 1台増設



筋トレエリア 新マシン導入!

NEW
4

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
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! ベンチの高さも低く、安全に簡単にトレーニング可能。

NEW 6 女性専用 エリア 誕生!

NEW
7



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
8



ヴァリオ

有酸素運動と同時に下半身も引き締められて、スタイルづくりにおすすめ

3台導入



Secret
さらに
新マシン導入予定!
導入までは自重エリア
としてお使いください