GYM
リニューアル第1弾に続き

さらに充実、使いやすくなります!

リニューアル 第2弾!

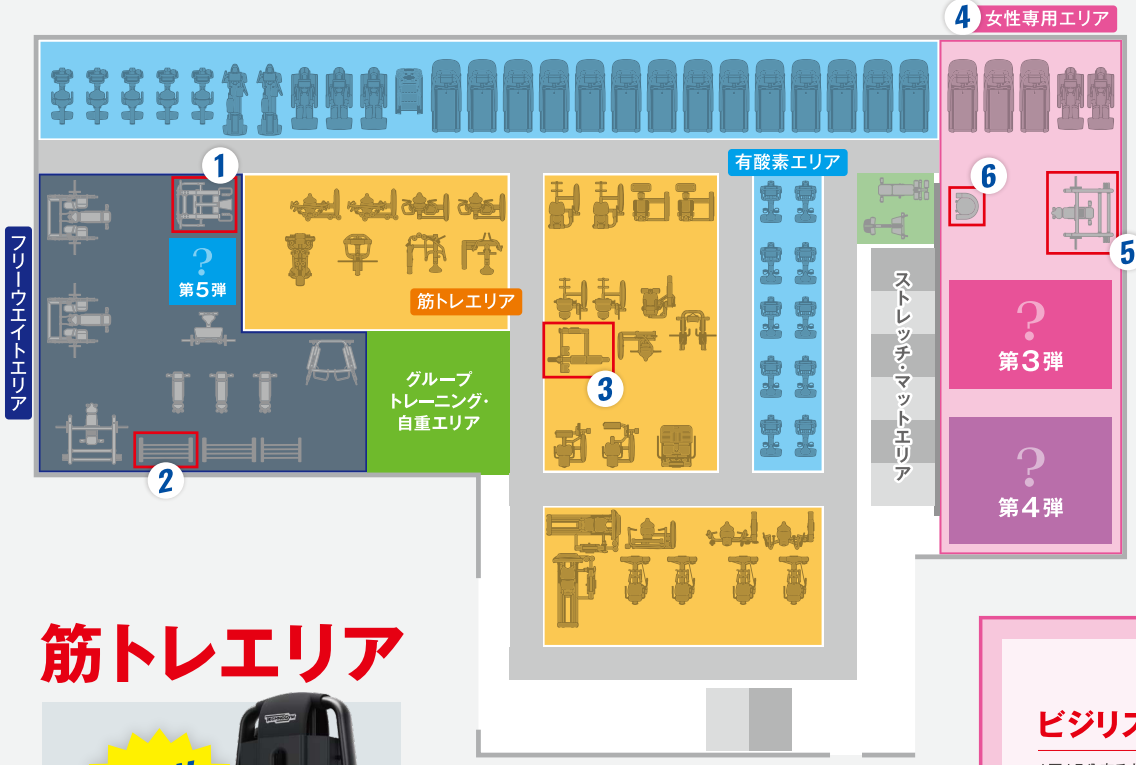
2026 11/28 土

レイアウト変更で
使いやすく!

楽しさで、カラダ動き出す!
もっと楽しく!
ACTIVE FUN!
初心者対象
HOLIDAY SPORTS CLUB

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ら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拡大!

NEW 1



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

NEW 2



ダンベル

26,28,30,32,34kg
増設

新マシン
さらに導入予定!

第5弾

筋トレエリア

NEW 3



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に効果的!

NEW 4 女性専用エリア誕生!

NEW 5



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!

マシンの使い方

NEW 6



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!





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

※導入順は変更する可能性があります。

高知店