

GYM エリア リニューアル! 3/5 木

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!

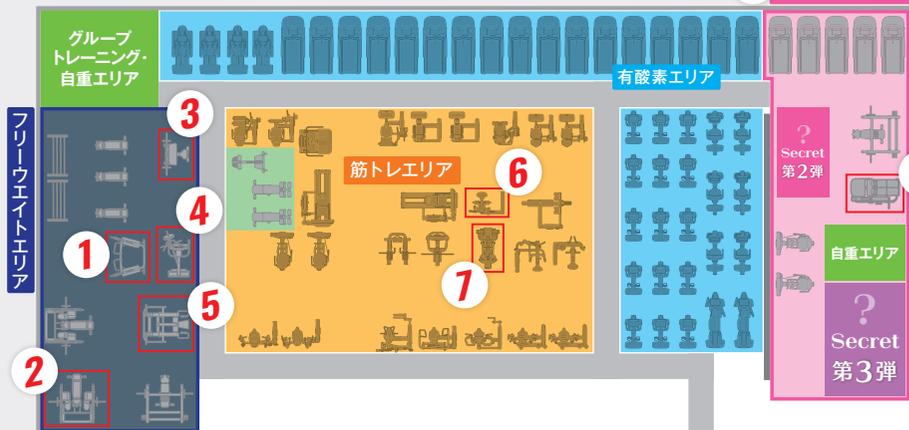
フリーウエイトエリア 新マシン導入!

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
achment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
1



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
オーバーローまで。

NEW
3 スコット
ベンチ



ティ ー バーロウ

背中
の筋肉
全体を鍛える



NEW
5

シーティッド ディップ

二の腕や大胸筋の
下部を鍛えたい方に



筋トレエリア 新マシン導入!

NEW
6



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
7



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 8 女性専用 エリア誕生!



NEW
9

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