

マシン一覧

1Fトレーニングルーム

コードレスバイク 4台	コードレスバイク・リカンベント 3台
ベルトバイブレーター 2台	テーブルローラー
ショルダーリンク	クロスコアリンク
ロウリンク	
チェストプレス	フライ
ラットプルダウン	克蘭チ
バックエクステンション	アームカール
レッグプレス	レッグエクステンション
シーテッドレッグカール	ベントレッグアブドミナル
45° バックエクステンション	

2Fトレーニングルーム

ラボード 5台 (フリーウエイト)	マイマウンテン 2台
ベンチプレス	スミスマシン
パワーラック	45° レッグプレス
アームカール	ケーブルクロス
ダンベル (30kgまでのセット)	