

MAGグリップ使ってる!?

MAGグリップとは、
特殊な塗装により表面が滑りにくく、握ると
手首が丸まる様な形状になっています。
なので、より**背中**の筋肉が収縮する感覚を得
ることが出来ます！
そして、**持ち方**や**手幅**が異なり、**アプローチ**
を変えられるのが**MAGグリップ**の特長です！

狙った部位に利かす事が出来る！！

↳ 次のページから使い方のご紹介！



男性はカッコよく
ムキムキな背中に！



女性はきれいで
引き締まった背中に！

クローズグリップ

○特長

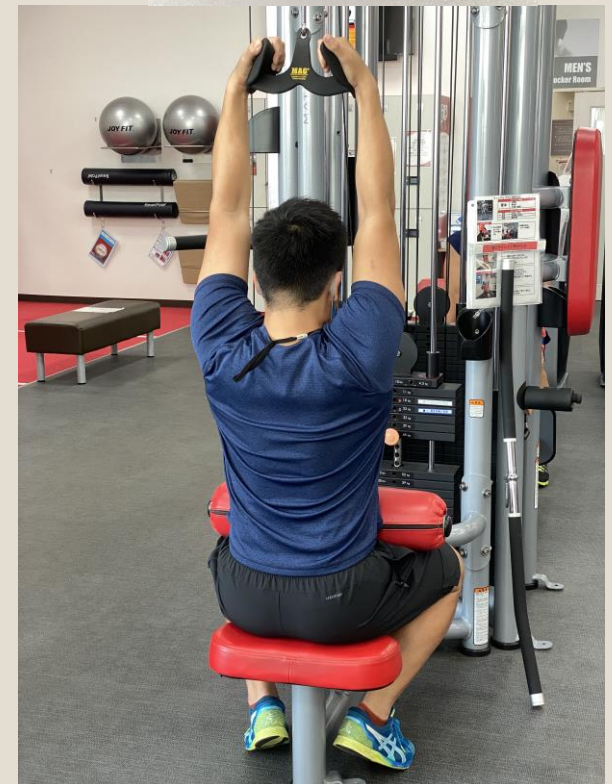
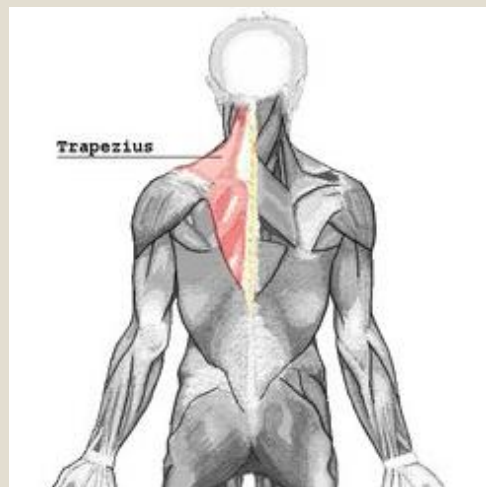
一番手幅が狭く、
背中の中の真ん中（上から下）を狙いやすい。

○持ち方

親指を自分側に向ける
ように持ちます。

○対象の部位

広背筋、僧帽筋中部



上背部の凸凹感が作れる！

ミドルグリップ

○特長

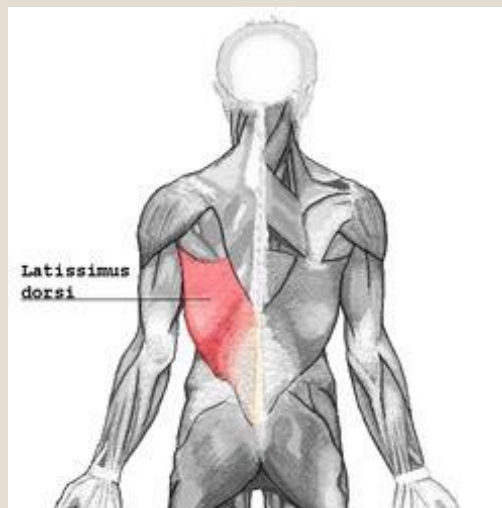
手幅は肩幅で、
背中の中中部を狙いやすい。

○持ち方

親指を自分側に向ける
ように持ちます。

○対象の部位

広背筋中部



高重量を扱いやすい！！

ワイドグリップ

○特長

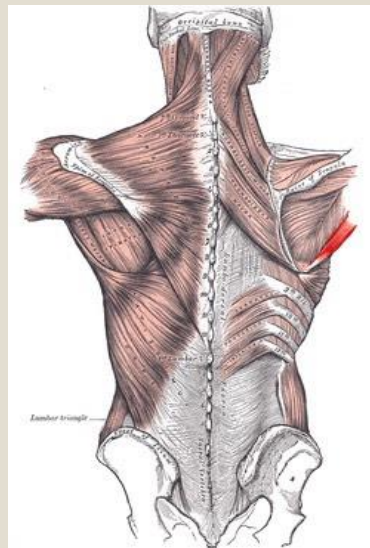
一番手幅が広く、
背中の外側を狙いやすい。

○持ち方

親指を自分側に向ける
ように持ちます。

○対象の部位

広背筋、大円筋



背中を広がり作りにおすすめ！