



インクラインベンチプレス
胸の上部を鍛えるマシン
鎖骨から盛り上がった厚い胸板が作れます！



ハックスクワット

脚を鍛えて代謝UP出来るマシン
関節に負担がかからず姿勢が保ちやすいので
老若男女問わずおすすめです！



45度レッグプレス

力強い下半身を作ることの出来るマシン

脚の幅をアレンジする事ができ、脚の筋肉の中でも特定の部位を集中的に鍛えられます



シーテッドロー

背中全体の筋肉をバランスよく鍛える事が出来るマシン
広範囲に渡り、理想の上半身を作りたいという方にピッタリ！



パワーラック

セーフティバーが取り付けられている為
お1人でも安全にトレーニングする事が出来ます！

A detailed view of a Smith machine in a gym. The machine's vertical frame and horizontal bar are prominent. A weight plate is being lifted by a hand on the right side of the frame. The background shows a well-lit gym with mirrors and other equipment. The floor is covered in black rubber matting. A small yellow warning sign is visible on the machine's base.

スミスマシン

幅広い負荷の調節が可能なので
初心者～上級者の方までご利用いただけます！



ベンチプレス

上半身を鍛えるには最強のトレーニング！
肉体改造には必須アイテムです！



ダンベルエリア

50kgまでご用意しております！
インクラインベンチも3台ありますので
気兼ねなくご利用いただけます！



フリーウェイトエリアのご紹介でした😋💕
皆さまのご来館をお待ちしております！

[見学・体験はこちら](#)

[入会予約はこちら](#)

[ホームページはこちら](#)