

マシンラインナップ

有酸素マシン

ランニングマシン7台

クロストレーナー2台

アップライトバイク1台

リカンベントバイク1台

※すべてTV視聴可能（音声：有線イヤフォンのみ）

筋トレマシン

レッグプレス
（脚）

レッグエクステンション
（太もも前）

レッグカール
（太もも裏）

ヒップア(ブ)ダクション
（内もも・お尻）

チェストプレス
（胸）

ラットプルダウン
（背中上）

バックエクステンション
（背中下）

ローロウ
（背中）

チンディップスアシスト
（背中・胸・腕）

ショルダープレス
（肩）

アブドミナルクランチ
（お腹）

ロータリートルソー
（お腹横）

フリーウエイト

パワーラック2台

スミスマシン1台

ケーブルマシン1台

ダンベル1kg～40kg

プレートロード
リニアハックスクワット
（脚）

プレートロード
Tバーロー
（背中）

プレートロード
インクラインプレス
（上胸）

プレートロード
デクラインプレス
（下胸）

ブリチャーカールベンチ

ローワーバックベンチ

アブドミナルベンチ

EZバー

インクラインベンチ5台

ストレートバー

※パワーラック・スミスマシンに
設置している台数含む

その他

ウエイトリフティングベルト

ケトルベル

アプローラー

プッシュアップバー

パワーチューブ

バーバルパッド

ダンベル・バーベルクッション

フレックスクッション

ストレッチボール

ストレッチマット

バランスボール

JOYFIT

