

# マシンラインナップ

## 有酸素マシン

トレッドミル × 10

アセントレーナー

クライムミル

エアロバイク

## 筋トレマシン

チェストプレス(胸)

ショルダープレス(肩)

ロータリートーソー(脇腹)

アブドミナルクランチ(腹)

ラッドプルダウン(背中)

アダクター(内もも)

アブダクター(お尻)

レッグプレス(脚)

レッグエクステンション(前もも)

レッグカール(裏もも)

ワイドチェスト(胸下部)

インクラインチェスト(胸上部)

ローロウ(背中)

ロウ(背中)

45度レッグプレス(脚)

スタンディングレッグカール(裏もも)

## フリーウエイト

パワーラック × 2

スミスマシン

ベンチプレス

フラットベンチ × 3

インクラインベンチ × 5

カールベンチ

ダンベル1~50kg

アジャスタブルプーリー × 2

## その他

4スタックマルチステーション

バックエクステンション

アブドミナルベンチ

JOYFIT®

