

【 コンビネーション トレーニングマシン 】

- A群
- ・チェストウエイト
 - ・ラットマシン
 - ・リストローラー
 - ・リストマシン
 - ・グリップマシン
 - ・チンニング



- B群
- ・レッグプレス&バックキックマシン
 - ・スーパーインショルダー
&バックプレスマシン
 - ・アームカール&エクステンションマシン

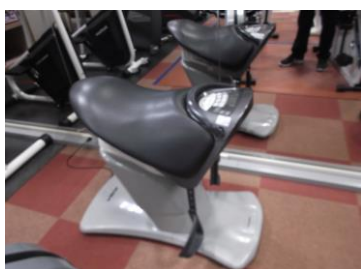
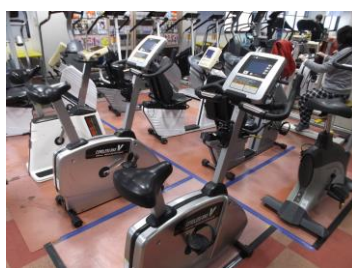


- C群
- ・レッグカール&エクステンションマシン
 - ・プルオーバーマシン
 - ・バタフライ&ローイングマシン



【 その他のマシン 】

- | | |
|-----------|----|
| ・ランニングマシン | 5台 |
| ・エアロバイク | 8台 |
| ・ステアマスター | 5台 |
| ・ジョーバ | 1台 |



【 器具 】

- ・ テーブルローラー
- ・ ベルトバイブレーター
- ・ ブルブルマシン 2台
- ・ ツイストマシン
- ・ アブドミナルボード 2台
- ・ バックエクステンションベンチ
- ・ サンドバック



【 フリーウェイト系 】

- ・ ベンチプレス 2セット
- ・ インクラインベンチ
- ・ フラットベンチ
- ・ パワーラック
- ・ ダンベル各種
- ・ アームカールバー

