



有酸素マシンエリア

- ① ランニングマシン
- ② リカンベントバイク
- ③ アップライトバイク
- ④ エリプティカルトレナー
- ⑤ ニューステップ
- ⑥ クライマー

筋トレマシンエリア

- ⑦ アブ・アダクション
- ⑧ レッグプレス
- ⑨ ロータリートーソー
- ⑩ トータルヒップ
- ⑪ レッグエクステンション
- ⑫ ラットプルダウン
- ⑬ レッグカール
- ⑭ フライ
- ⑮ バックエクステンション
- ⑯ ショルダープレス
- ⑰ シーテッドロー
- ⑱ チェストプレス
- ⑲ クランチ

フリーウェイトエリア

- ⑳ 45度 バックエクステンション
- ㉑ パワーラック
- ㉒ ベンチプレス
- ㉓ スミスマシン
- ㉔ アブドミナルボード
- ㉕ ケーブルマシン
- ㉖ アームカール
- ㉗ ウェイトラック
- ㉘ タワーラック
- ㉙ ダンベル 1~20kg
- ㉚ ダンベル 22~40kg
- ㉛ ベンチ 4台
- ㉜ コアトレチェア
- ㉝ SONIX

アメニティ

- 貸出用ドライヤー
- 貸出用イヤークリッパー
- その他
- ケーブルアタッチメント
- バランスボール
- ストレッチポール
- アブローラー

など



トレーニングルームでは初めての方でも安心してご利用いただけますよう常に2名のスタッフがお待ちしております。