

# トレーニング室 マシン一覧

|    |       |
|----|-------|
| 名称 | ローイング |
|----|-------|



|    |                         |
|----|-------------------------|
| 名称 | チェストウエイト<br>クォーターサークル付き |
|----|-------------------------|



4.0kg～ 10.0kg

|    |           |
|----|-----------|
| 名称 | アブドミナルボード |
|----|-----------|



|    |             |
|----|-------------|
| 名称 | バックエクステンション |
|----|-------------|



|    |             |
|----|-------------|
| 名称 | フリーダムラックマシン |
|----|-------------|



※シャフトは20kgです。

|    |        |
|----|--------|
| 名称 | プレスベンチ |
|----|--------|



|    |          |
|----|----------|
| 名称 | リカレントバイク |
|----|----------|



|    |      |
|----|------|
| 名称 | ダンベル |
|----|------|



1.0kg～ 20.0kg

|    |          |
|----|----------|
| 名称 | バーベルプレート |
|----|----------|



1.25kg～ 7.5kg

|    |         |
|----|---------|
| 名称 | バランスボール |
|----|---------|



|    |          |
|----|----------|
| 名称 | ストレッチマット |
|----|----------|



|    |     |
|----|-----|
| 名称 | 体重計 |
|----|-----|



# トレーニング室 マシン一覧

|    |                       |
|----|-----------------------|
| 名称 | アームエクステンション<br>アームカール |
|----|-----------------------|



6. 0kg~43. 5kg

|    |       |
|----|-------|
| 名称 | バタフライ |
|----|-------|



11. 4kg~78. 6kg

|    |          |
|----|----------|
| 名称 | ショルダープレス |
|----|----------|



10. 0kg~100. 1kg

|    |             |
|----|-------------|
| 名称 | バックエクステンション |
|----|-------------|



21. 0kg~109kg

|    |       |
|----|-------|
| 名称 | ラットプル |
|----|-------|



6. 0kg~94. 4kg

|    |        |
|----|--------|
| 名称 | レッグプレス |
|----|--------|



33kg~267kg

|    |        |
|----|--------|
| 名称 | アブドミナル |
|----|--------|



3kg~81kg

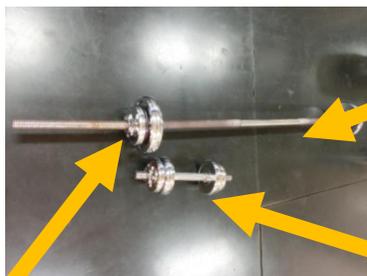
|    |        |
|----|--------|
| 名称 | トレッドミル |
|----|--------|



|    |           |
|----|-----------|
| 名称 | アップライトバイク |
|----|-----------|



|    |           |
|----|-----------|
| 名称 | スクリーンシャフト |
|----|-----------|



シャフトの重さ9kg

シャフトの重さ1.7kg

カラー2個 0.6kg