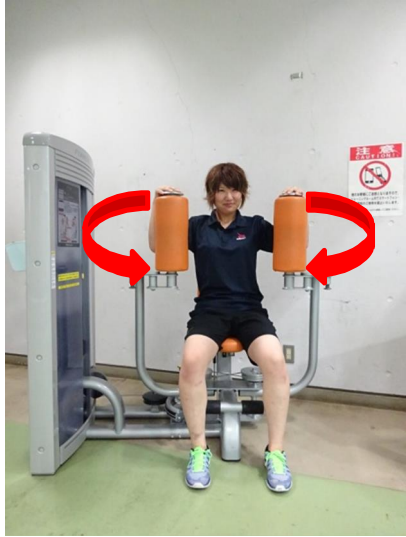


# 上半身トレーニングマシン紹介①

脂肪燃焼・姿勢改善

鍛える部分 胸

フライ



チェストプレス



鍛える部分 肩

ショルダープレス



鍛える部分 背中

ラットプル



ロープーリー



バックエクステンションベンチ



バックエクステンション



# 上半身トレーニングマシン紹介②

鍛える部分 お腹

アブドミナル



クランチ



アブコースター



姿勢改善・腰痛予防

# 下半身トレーニングマシン紹介

鍛える部分 足

レッグプレス

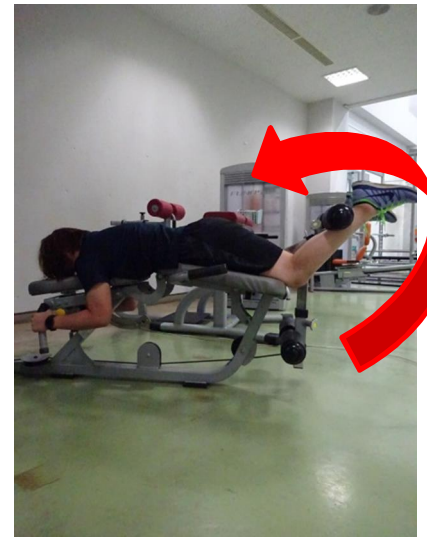


レッグエクステンション



脂肪燃焼・血液循環を良くする

レッグカール





# 有酸素トレーニングマシン紹介

脂肪燃焼・持久力向上

## ステアクライマー



## トレッドミル



## スピードボード



## インドアバイク



## コードレスバイク



# その他トレーニングマシン紹介

ベルトバイスレーター



ジョーバ



パーフェクトポニー



チェストウエイト



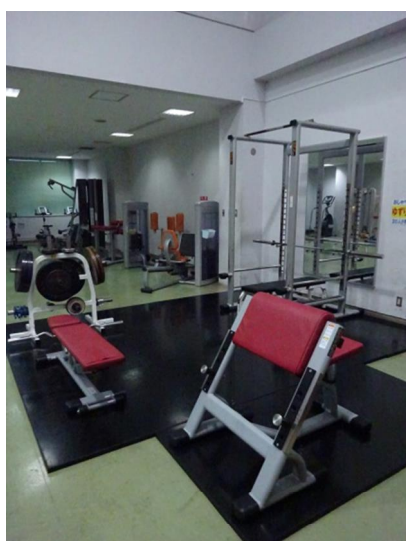
カールストレッチベンチ



ストレッチマット



フリーウエイト



ダンベル



体重計・体脂肪計

