

資料 29 トレーニング機器一覧

① ウェイト・トレーニング機器

- ・ レッグプレス
- ・ レッグエクステンション
- ・ レッグカール
- ・ アブアダクション
- ・ ペクトラルフライ
- ・ ラットプルダウン
- ・ ショルダープレス

② フリーウエイト機器

- ・ アブドミナルボード
- ・ バックエクステンション
- ・ ヒップデップスタンド

③ ダンベル機器

- ・ 1 Kg～10 Kg まで毎1 Kg 毎10 セット
- ・ ダンベルラック

④ フラットベンチ機器

- ・ インクライン機能付

⑤ 踏台昇降機器

⑥ 有酸素機器

- ・ トレッドミル4台
- ・ クロストレーナー
- ・ エアロバイク7台
- ・ エアロバイク (プリンター付)
- ・ エアロクライム2台

⑦ リラクゼーション機器

- ・ ベルトトレーナー
- ・ ビューティローラー

⑧ 測定機器

- ・ 血圧計2台
- ・ 体重計
- ・ 身長計
- ・ 体力測定用機器一式

⑨ その他機器

- ・ ストレッチ用マット
- ・ ストレッチ用テレビ
- ・ ストレッチ用映像再生機
- ・ ストレッチ用デモ映像