

NEW

マシン導入

～2020年2月5日(水)予定～

三次元の動きで自由自在
「鍛えた筋肉」を「使える筋肉」に!!



初心者の方にオススメ
体幹を鍛えたい方に!!



いわゆる「背筋台」
初心者から上級者まで!!

「腹筋台」
さらに追込みたい方に
SIXPACK 目指す方に!!



走るのが苦手な方!!
テレビ見ながら有酸素

