

# トレーニングルーム

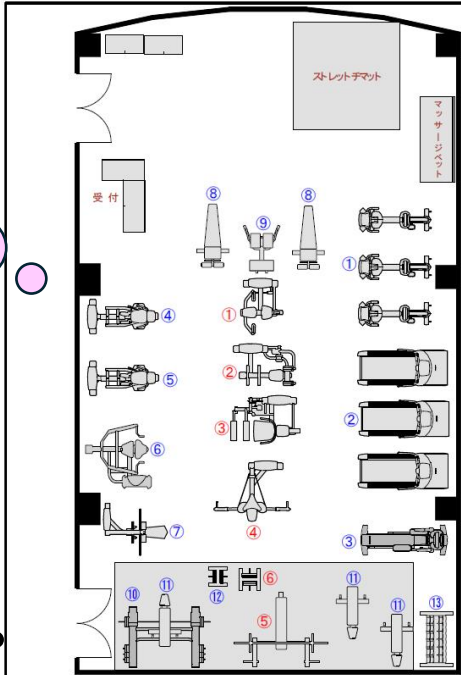
## リニューアール

エアコンプレッサーで稼働する機器に代わり、新しいマシンが導入されます。

**4月19日(金)は終日、  
機器の入れ替え作業のため  
ご利用を停止させていただきます。**

ご理解のほど、よろしくお願い致します。

こんな感じになります



新規導入マシン	台数
1 チェストプレス	1
2 アブドミナル/バックエクステンション	1
3 レッグエクステンション/レッグカール	1
4 リアデルト/バックフライ	1
5 オールビックベンチ	1
6 プレートツリー	1

既存マシン	台数
1 リカンバートバイク	3
2 トッドミル	3
3 EFXクロストレーナー	1
4 アウターサイ	1
5 インナーサイ	1
6 ショルダープレス	1
7 フラドゥン	1
8 アジャスタブルデクラインベンチ	2
9 バックエクステンションベンチ	1
10 スミスマシン	1
11 マルチアジャスタブルベンチ	3
12 プレートツリー	1
13 ダンベル&ラック	1

PRECOR

HIROHAI 佐伯総合スポーツ公園 様  
トレーニングマシン レイアウト 図

2024/03/13  
T. Matsuo