

7/1~ スポーツジム 稼働マシン一覧

- ・ランニングマシン **6台** (1回の最大ご利用時間 **30分**)
- ・エアロバイク (背もたれ 有・無) **各2台ずつ** (制限時間なし)
- ・各種筋力トレーニングマシン ・ダンベルコーナー
- ・ストレッチマシン (前もも・裏もも) ・ストレッチ・自重トレーニングスペース
- ・振動マシン ・各種計測器 (体組成計・身長計・体重計・血圧計)