

3月31日 (Sun) 盛岡体育館トレーニングルーム リニューアルオープン！！

ランニングマシン	エアロバイク	ペクトラルフライ・リアデルトイド
		
フィックスドプルダウン	チェストプレス	シーテッドレッグプレス
		
ラテラルレイズ	バイセップスカール	シーテッドレッグカール
		
レッグエクステンション	アブドミナル	トーソ・ローテーション
		
ヒップアブダクター/アダクター	バックエクステンション	シーテッドロー
		

ライフフィットネス社のハンマーストレングスシリーズを中心に、
トレーニングマシンの増台・更新を行います！