

# FASTGYM24蕨店 リニューアルオープン！

トレーニングの時間をより充実したものにさせていただけるよう、一部施設をリニューアル。  
新しいマシンを導入・フリーウエイトエリア  
拡張いたしました。

## マシンジムに新機種を導入！

新機種導入で、施設がますます充実！脂肪燃焼や筋力アップ  
体幹トレーニングなどさまざまな目的にぴったりのマシンが勢  
ぞろい。より効率的にトレーニングできる施設へグレードア  
ップします。

**フリーウエイト  
エリア拡張！**

バランスよく  
筋力アップ！

## フリーウエイトエリア



**マシン2台  
増設！**

ケーブルマシン

フラットベンチ



引き締め効果抜群！

## ウェイトマシンエリア



**マシン3台  
増設！**

トorsoローテーション

フライ&リアデルトイド

ヒップアダクター/アダクター



※マシン増設に伴い、一部マシンを撤去致します(トレッドミル3台)

# 追加マシン紹介



ヒップアブダクター/アダクター  
太もも(内側・外側)を鍛えます。

トソーローテーション  
おなか・ウエスト周りに！



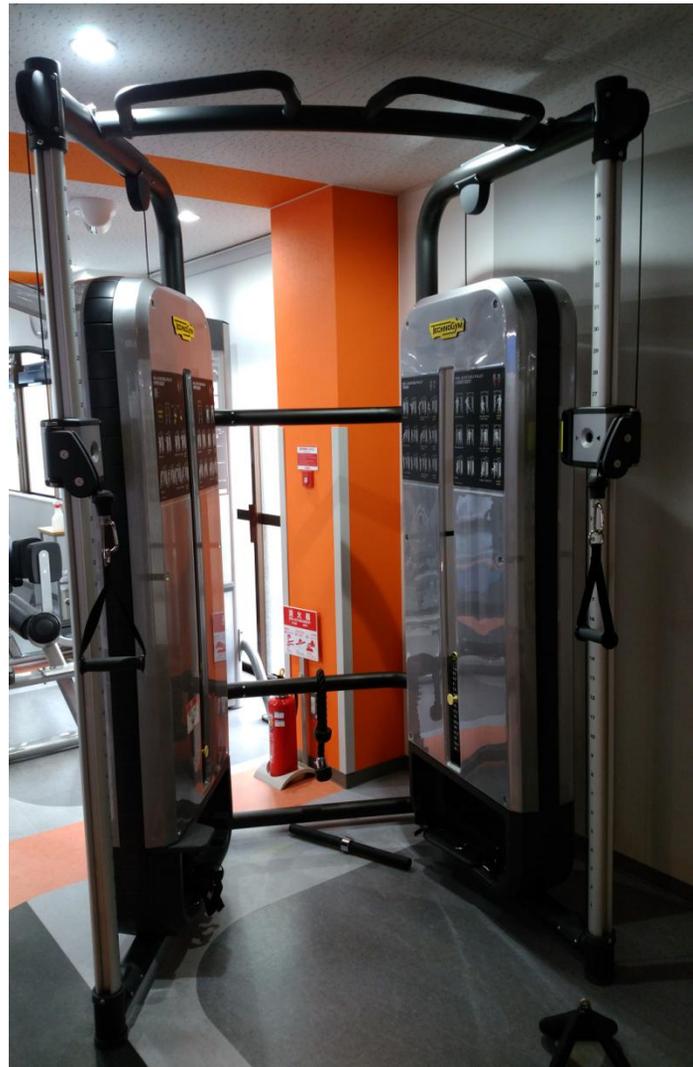
# 追加マシン紹介



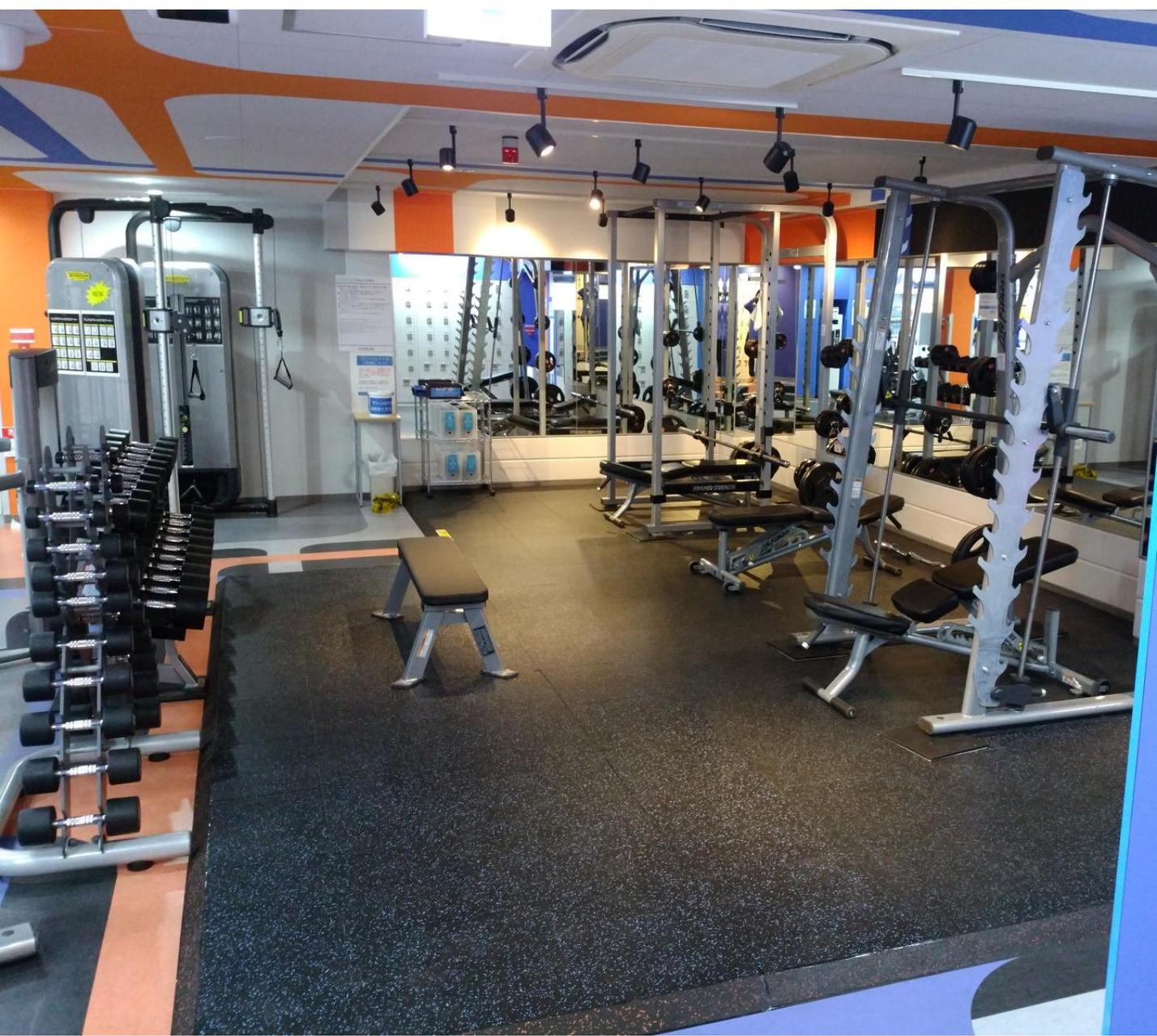
フライ&リアデルトイド  
胸・背中を鍛える際に・・・

## ケーブルマシン

多種多様に利用できます。  
使用方法もマシンに添付。  
ぜひトレーニング時の参考に！！



# フリーウエイトエリア



より広く、使いやすい状態に。  
フラットベンチ1台追加しております。  
ぜひご利用ください！！

# 館内紹介



より利用しやすい環境にリニューアルしています。(壁かけTV2台設置)  
ぜひ館内まで足をお運びください。