

FASTGYM24西八王子店 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していだけるよう、
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。

バランスよく筋力アップ！

フリーウェイトエリア

**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！**

パワーラック

フライ&リアデルトイド

トライセプス



（ミル3台、クランチベンチ）

フリーウエイトエリアが さらに充実！！ パワーラック1台 フラットベンチ1台追加！

最大利用人数8名！！



↑ NEWパワーラック

パワーラック、フラットベンチをもう一台追加！
ダンベル30kgまで！

スタンディングのトレーニングもしやすい広々としたスペースへ
生まれ変わりました！！皆様のご来館お待ちしております。

有酸素マシンエリア

有酸素マシン総数13台完備を2階エリアに集結！！
ランニングマシンは7台！雨の日でも快適に走れます！

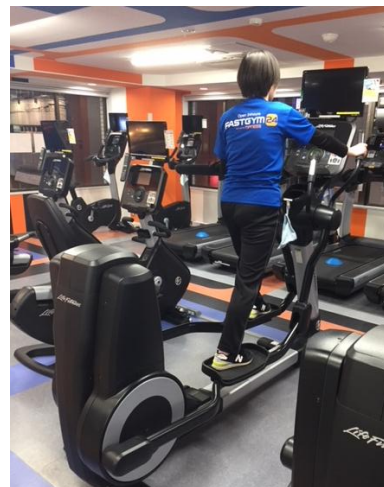


アップライト・リカンベント バイク



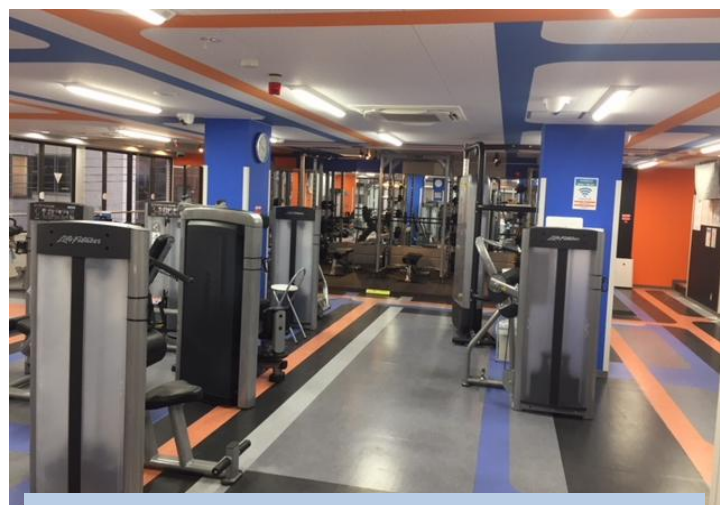
膝・腰への負担も少なく簡単に
運動できます。
女性の方にも 大人気です！！

クロストレーナー

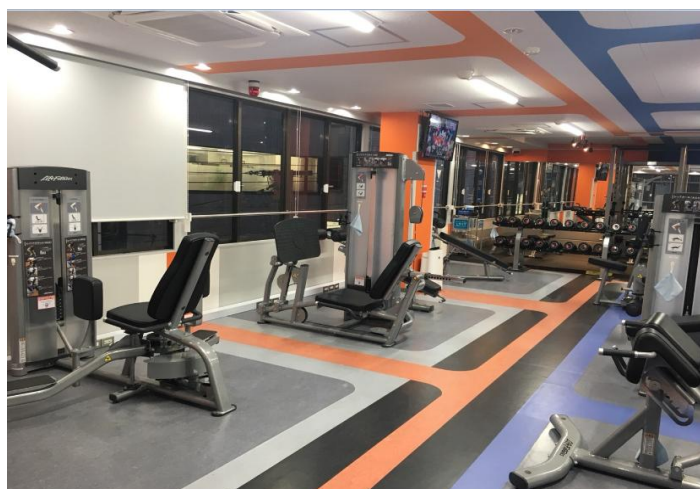


低負荷でもランニングと同じ
運動量でトレーニングできます。
女性の方にもおすすめです！

ウェイトマシンエリア



おなか周りの引き締めに
最適なマシンを配置



内ももやヒップアップに効果的なマシンや
背中まわりの引き締めマシンも！



ウェイトマシンエリア14台完備
広々したエリアでいつでも全身トレーニングができます！！

増設マシン紹介

ケーブルマシン



1台のマシンで多数の
エクササイズが可能です！

トライセプス エクステンション



二の腕の引き締めに
効果的な1台！

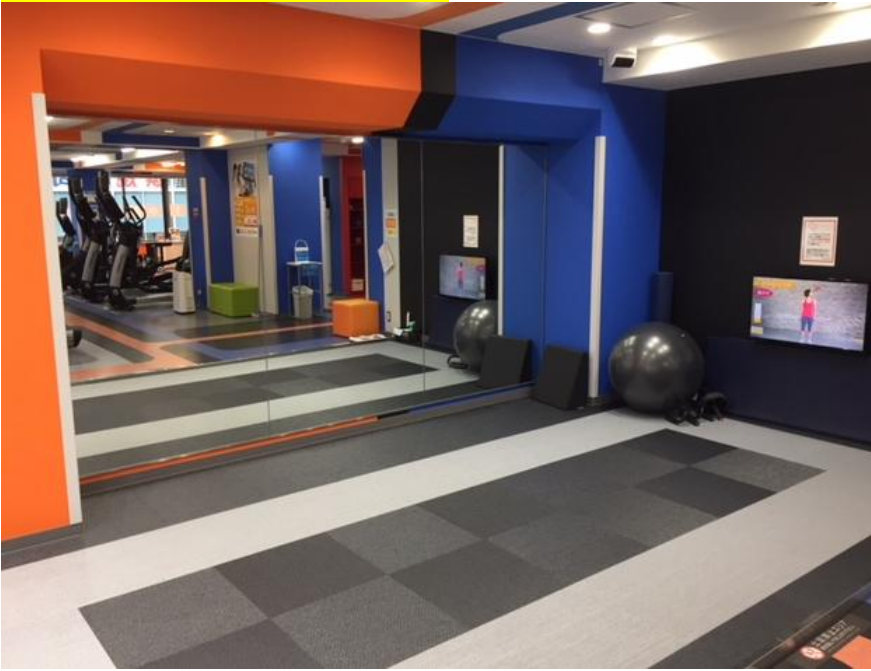
ペクトラルフライ・リアデルトイド



バストアップ・背中引き締め！

その他のエリア①

ストレッチエリア



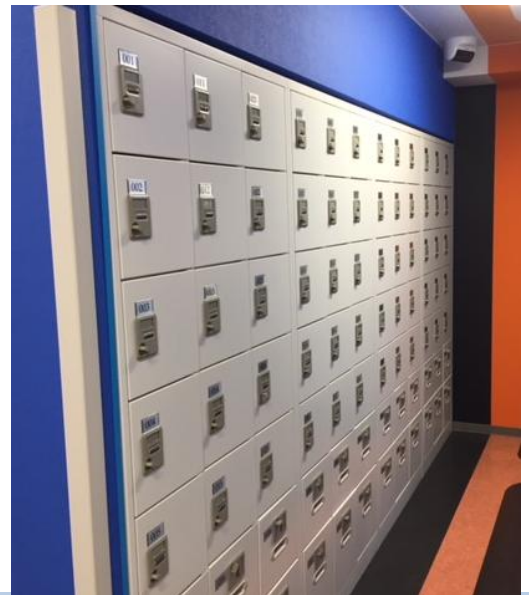
体組成測定器 InBody



ストレッチエリアはシューズを脱いでご利用いただけます。
フレックスクッション、フォームローラーなどのエクササイズアイテム完備。
体組成測定器で体重、脂肪量、筋肉量、脂肪率も測定できます！！



鍵付無料ロッカー完備でお仕事帰りのトレーニングも安心！



個人契約ロッカー
・運動靴、シャンプー、リンス、
ボディーソープ、サプリメント等を
置いて帰ることができます。

その他のエリア②

男女共用更衣室2部屋と
シャワールームは男性女性それぞれのエリアに2部屋ずつ完備！！



水素水サーバー
定額料金で冷たいお
水がいつでも飲み放
題！毎日ペットボトル
を買うより安くご利用
いただけます。

無料貸し出しあり
(ドライヤー・血圧計・体重計)

