

リニューアルのお知らせ

日頃よりFASTGYM24をご愛顧いただきありがとうございます。

この度、さらなる施設とサービスの充実をはかるため、トレーニングマシンの入れ替え、リニューアル工事を予定しています。期間中は会員様にはご不便をおかけしますが何卒ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

リニューアル工事に伴い施設の休館を予定しております。

リニューアル
工事期間

- ・2月1日(月)20時~3日(水)早朝7時迄
- ・リニューアルOPEN **2月3日(水)**
早朝7時を予定しております。

期間中は会員様にはご不便をおかけしますが何卒ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

21年1月末で閉店となりました下赤塚店(18年4月開業)のマシンを要町に移管いたします。

【概要】

- ①**有酸素マシン**：全て入替え *トレッドミルは1台減いたします。
- ②**ウェイトマシン**：ヒップアダクター・トーソー・アジャスタブルプーリー以外は同種類を入替え。
 - ✓より高重量が扱えるマシンに入替え → **チェストプレス / レッグプレス**
 - ✓新規設置 → **アシスト・ディップ・チン** (懸垂マシン)
 - ✓マシン変更 → レッグエクステンション・レッグカールを1台で兼用できる **レッグエクステンション&カール** に変更。
- ③**フリーウェイト**：パワーラック、スミスマシン、アジャスタブルベンチ3台
ダンベル1-10 k g、12-30 k g ダンベルを入れ替え。



チェストプレス
最大使用重量



レッグプレス
最大使用重量



アシスト・ディップ・チン



レッグエクステンション&
カール

91 k g→125 k gに 100 k g→162.5 k gに