

別紙2 トレーニング機器台帳

■カーディオ系

	マシン名称	台数
1	トレッドミル 220V	7
2	アップライトバイク	4
3	リカンベントバイク	3
4	クロストレーナー	2

■ストレングス系

	マシン名称	台数
1	ヒップアブダクション	1
2	レッグプレス	1
3	チェストプレス	1
4	オーバーヘッドプレス	1
5	トラディショナルラットプルダウン	1
6	レッグエクステンション アジャスタ付	1
7	シーテッドレッグカール アジャスタ付	1
8	アブドミナル	1
9	バックエクステンション アジャスタ付	1
10	45° バックエクステンション	1
11	FT325	1

■フリーウェイトエリア・その他

	備品名称	台数
1	ディスクラック	1
2	ディスクラック	1
3	ディスクラック	1
4	アレーラックDX型 1~10kgダンベル付	1
5	デラックスアレー	2
6	デラックスアレー	2
7	デラックスアレー	2
8	デラックスアレー	2
9	カーリングバー	1
10	カーリングバー	2
11	最高級オリンピックバー	1
12	トレーニング用ロングバー	2
13	ジムバーベル用ディスク	1式
14	ジムバーベル用ディスク	1式
15	ジムバーベル用ディスク	1式
16	ジムバーベル用ディスク	1式
17	パワービルダーオリンピックベンチ	1
18	パワービルダーオリンピックベンチ	1
19	フラットベンチ	1
20	カールベンチ	1
21	チンニングデップスタンド	1
22	肋木	1
23	バレルローラー	1
24	ボスバランス	1
25	チェストウエイト	1
26	イバンコプレートセット	1
27	スミスプレス	1
28	パワーラック	1
29	アジャスタブルー10~80° ベンチ	1
30	ラバーダンベル12~30kg 2kg刻み	1
31	ラック&ダンベルセット1~10kg	1