

陸上競技場地下トレーニング室 器具一覧表

NO.	器具名	数量
-----	-----	----

ウエイトマシン

1	CYBEX チェストプレス	1
2	CYBEX フライ/リアデルト	1
3	CYBEX プルダウン	1
4	CYBEX ラットプルダウン	1
5	CYBEX Tバーロウ	1
6	CYBEX レッグプレス	1
7	CYBEX レッグエクステンション	1
8	CYBEX レッグカール	1
9	CYBEX グルーツ	1
10	CYBEX ヒップアダクション・アダクション	1
11	NISHI サイ&ヒップコンディショナーⅡ	1
12	NISHI アクリヴァティマシ	1
13	CYBEX アブドミナル	1
14	CYBEX トorsoローテーション	1
15	CYBEX プラボープロ	1

フリーウエイト

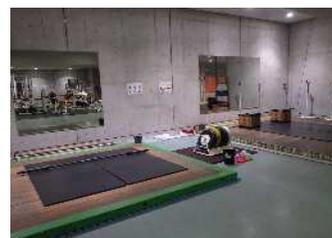
16	Senoh スーパーインプレスベンチ	4
17	NISHI フラットベンチ	5
18	Senoh アジャスタブルベンチ	1
19	HAMMER STRENGTH インクラインベンチ	1
20	NISHI デクラインベンチ	1
21	NISHI アームカールベンチ	1
22	パワーラック	NISHI 2 CYBEX 1
23	NISHI スクワットラック	1
24	Senoh スミスマシ	1
25	NISHI プラットフォーム	2
26	Senoh レッグレイズ・チン&ディップ	1
27	NISHI アブドミナルボード	2
28	NISHI バックエクステンション	2

ダンベル・バーベル

29	ダンベル (1~70kg)	NISHI 1-30kg IVANKO 32-70kg
30	IVANKO ケトルベル (8~32kg)	10
31	NISHI セットバーベル (12.5~45kg)	9
32	NISHI EZバー	2
33	BODYMAKER ヘックスバー	2

有酸素マシン

34	KEISER m3インドアサイクル	4
35	Senoh コードレスバイク	2
36	WATTBIKE ワットバイク	1
37	combi パワーマックス VⅡ	1
38	Senoh トレッドミル	2
39	SCIFIT エリプティカル	1
40	SCIFIT クライマー	1
41	concept2 ローイングエルゴメーター	3



プレート

1.25kg	8枚
2.5kg	21枚
5kg	30枚
7.5kg	8枚
10kg	52枚
15kg	30枚
20kg	30枚
25kg	12枚

ダンベル

1kg	2セット	32kg	1セット
2kg	2セット	36kg	1セット
3kg	2セット	40kg	1セット
4kg	2セット	42kg	1セット
5kg	2セット	46kg	1セット
7.5kg	1セット	50kg	1セット
10kg	1セット	52kg	1セット
12.5kg	1セット	56kg	1セット
15kg	1セット	60kg	1セット
17.5kg	1セット	65kg	1セット
20kg	1セット	70kg	1セット
22.5kg	1セット		
25kg	1セット		
27.5kg	1セット		
30kg	1セット		