寿区民館トレーニング室機器一覧（R8年11月～）

施設名	種別	部位	機器等	最大ウエイト	台（枚）数	メーカー
寿	有酸素	ランニングマシン	ラボードLXE1200　BG2550		1台	セノー
	有酸素	ランニングマシン	ラボードLXE1200　BG2550		1台	セノー
	有酸素	ステップマシン	クロストレーナーS-CTx		1台	セノー
	有酸素	ステップマシン	クロストレーナーS-CTx		1台	セノー
	有酸素	クライミングマシン	ステアマスター　BG9999		1台	セノー
	有酸素	クライミングマシン	ステアマスター　BG9999		1台	セノー
	有酸素	サイクルマシン	コードレスバイクV77i　BG8620		1台	セノー
	有酸素	サイクルマシン	コードレスバイクV77i　BG8620		1台	セノー
	有酸素	サイクルマシン	コードレスバイクV77i　BG8620		1台	セノー
	有酸素	サイクルマシン	コードレスバイクV77i　BG8620		1台	セノー
	有酸素	サイクルマシン	コードレスバイクV67Ri　リカンベント BG8820		1台	セノー
	筋力	大胸筋	フライ　BB472000		1台	セノー
	筋力	大腿四頭筋・大臀筋	レッグプレス＆カーフエクステンション　DF201		1台	ニシスポーツ
	筋力	僧帽筋・菱形筋・広背筋 大円筋・三角筋	ミッドロウ　P721　NT3780		1台	ニシスポーツ
	筋力	三角筋・大胸筋・上腕三等筋	チェストプレス　P715　NT3771	80kg (16枚)	1台	ニシスポーツ
	腹筋	腹筋	クランチベンチ　A995Ⅱ　NT3826		1台	ニシスポーツ
	筋力	脊椎起立筋	バックエクステンション　P732　NT3782		1台	ニシスポーツ
	筋力	大腿四頭筋・大臀筋	レッグエクステンション　P757　NT3779		1台	ニシスポーツ
	筋力	ハムストリングス	シ―テッド・レッグカール　P759　NT3778		1台	ニシスポーツ
	筋力	外内腹斜筋	ロータリートーソ　S935　NT3724B		1台	ニシスポーツ
	その他		バレルローラー　BJ061000		1台	セノー
	その他		エアロビクスマット　BH9390　　1500×540×20		17枚	セノー