

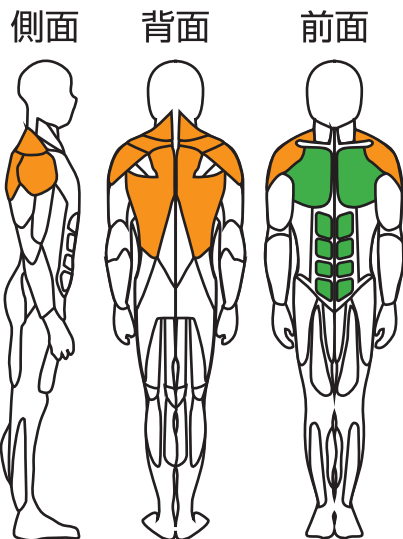
コンディショニングライン 押し引き訓

このマシンは『押す』と『引く』の2つの運動が可能です。

『押す』運動では立ち上がり、起き上がりの際に必要な筋力を引き出します。

『引く』運動では背中中の筋肉運動により、肩甲骨・肩関節周りの動作が楽になります。

トレーニング効果の主な部位



押す運動

大胸筋
腸腰筋
腹直筋

引く運動

菱形筋
広背筋
僧帽筋
三角筋



製品スペック

商品名	押し引き訓
商品番号	GK-001
寸法	幅610×長さ1390×高さ1350(mm)
ウエイト	70kg
総重量	130kg

押す運動



パッドに膝を当てて
行います



腕を伸ばしたまま、
バーを押す運動です

引く運動



バーを引き寄せる
運動です



肘をしっかり引きます

標準価格 ¥750,000 / 5年リース(月額) ¥15,000