

コンディショニングライン 腕振り訓

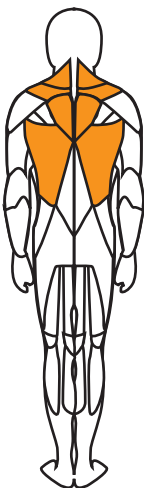
腕を振る動作を行うことで肩回りの筋力を引き出し安定させることができます。
肘や肩の関節部の負担が軽減し、周辺の痛みの緩和・予防に役立ちます。
腱鞘炎の改善にも効果があります。

トレーニング効果の主な部位

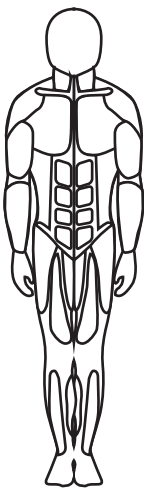
側面



背面



前面



広背筋
大円筋
僧帽筋
菱形筋



製品スペック

商品名	腕振り訓
商品番号	GK-012
寸法	幅780×長さ1310×高さ1550(mm)
ウエイト	70kg
総重量	145kg



マシンを背にして
グリップを握ります



グリップを降ろしながら
座ります



肘をしっかり引きます
ここがスタート位置です



さらに後方に引きます

標準価格 ￥750,000 / 5年リース(月額) ￥15,000