

庄内体育館 トレーニング室

新しいマシンが設置されました！！

(2026年2月1日～)



ウェイトマシンが新しくなりました☆

- ①ラットプルダウン  
(背中トレーニング)
- ②アブクランチ&バックエクステンション  
(腹筋、背筋トレーニング)
- ③マルチプレス  
(胸、肩トレーニング)
- ④ケーブルコラム  
(各種トレーニング)

営業時間

9:00～21:00

(最終受付20:30迄)

**1回 3時間 400円**で  
ご利用いただけます。  
(市内在住・在勤・在学のお客様)