

バイオサーキット

県下初導入！



バイオサーキットとは

AIがサポートしてくれるトレーニングマシンなので
初心者の方にもオススメ！

- ・イスの高さや重さなどの設定を自動調節してくれる。
- ・動作のリズムを指導してくれる。

ダイエットにもオススメ！

サーキットトレーニングは連続で全身を鍛えるので
脂肪燃焼にも効果的！

もちろんトレーニング上級者にも！

機械制御の重量なのでネガティブを重くしたりなど
普通のマシンではできない刺激を与える事が出来ます。