

## 新型コロナウイルス感染予防に対するマシン使用制限について

新型コロナウイルス感染予防の為、マシンの使用を制限させていただきます。下記の表よりご確認下さい。

使用状況	種別	マシン名	
使用可	筋力トレーニングマシン	レッグプレス	
		ラットプルダウン	
		トータルヒップ	
		ツイスト・トーン	
		チェストプレス	
		バックエクステンション	
		腹筋台1台	
	有酸素マシン	バイク2台(背もたれ有)	
		バイク1台(背もたれ無)	
		ニューステップ	
		アークトレーナー	
			ストレッチマット
	使用不可	筋力トレーニングマシン	レッグエクステンション
			レッグカール
ショルダープレス			
シーテッドロー			
アダクション・アブダクション			
フライ			
クランチマシン			
腹筋台1台			
背筋台			
有酸素マシン		バイク1台(背もたれ有)	
		バイク2台(背もたれ無)	