

利用時間記入のお知らせ

2026年6月16日より、以下のフリーエリアマシンに利用時間の記入が**必須**となります。ホワイトボードに**開始時間**と**終了時間**を記入してください。最大利用時間**20分**となります。

ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

- 1.クロスオーバーケーブル①
- 2.クロスオーバーケーブル②
- 3.インクラインベンチ
- 4.フラットベンチ
- 5.ヒップスラスト
- 6.プルダウン
- 7.チェストプレス
- 8.プリチャーカールベンチ
- 9.Tローバー
- 10.レッグプレス
- 11.チンアップ/ディップ/レッグレイズ
- 12.アジャスタブルディクラインベンチ
- 13.ベンチプレス台
- 14.マルチパワー×2
- 15.パワーラック×2
- 16.ハーフラック×2

※2人での利用の際も最大20分です。

ジェクサー・ライトジムメトロポリタン秋田

2026年6月11日