マシン＆施設案内（銀座中央）

ウェイトスタック式マシン

・チェストプレス（NAUTILUS）
・チェストプレス（STRIVE）
・チェストプレス（CYBEX）
・インクラインチェストプレス（STRIVE）
・ペックフライ/リアデルト（STRIVE）
・ラットプルダウン（NAUTILUS）
・ラットプルダウン（CYBEX）
・ケーブルラットプルダウン（STARTRAC）
・ミッドロウ（NAUTILUS）
・シーテッドロウ（CYBEX）
・コンパウンドロウ（NAUTILUS）
・アシストチン＆ディップ（NAUTILUS）
・ロウバック（NAUTILUS）
・オーバーヘッドプレス（NAUTILUS）
・ショルダープレス（STRIVE）
・ラテラルレイズ（STRIVE）
・アームカール（STRIVE）
・バイセプスカール（FLEX)
・シーテッドプッシュダウン（STRIVE）
・アームエクステンション（FLEX)
・レッグプレス（STRIVE）
・レッグプレス（CYBEX）
・レッグエクステンション（STRIVE）
・レッグエクステンション（CYBEX）
・シーテッドレッグカール（STRIVE）
・プローンレッグカール（STRIVE）
・ニーリングレッグカール（STARTRAC）
・ヒップアダクション/アブダクション（STRIVE）
・ブーティービルダー
・スタンディングカーフ（STARTRAC）
・アブドミナルクランチ（NAUTILUS）
・アブドミナル（CYBEX）

フリーウェイト

・パワーラック×3台（TUFFSTUFF）
・ハーフラック×1台（TUFFSTUFF）※女性専用
・スーパースミスマシン×1台（STARTRAC）
・オリンピックベンチ×3台
・オリンピックインクラインベンチ×1台
・アジャストベンチ×7台 ※女性専用2台
・プラットホーム
・ダンベル 1kg～30kg、70LB~150LB
・ケトルベル2kg～48kg
・アブドミナルベンチ×2台（NAUTILUS）
・ヒップエクステンション（NAUTILUS）
・プリチャーベンチ（STARTRAC）
・オリンピックバーベル（20kg）×7本
・オリンピックバーベル（15kg）×1本
・EZバー（10kg）×3本
・ストレートバー（10kg）×2本
・プレート総重量4.1t

プレートローディングマシン

・ベンチプレス（HAMMER STRENGTH）
・インクラインプレス（HAMMER STRENGTH）
・デクラインプレス（HAMMER STRENGTH）
・フロントラットプルダウン（HAMMER STRENGTH）
・D.Y.ロウ（HAMMER STRENGTH)
・ショルダープレス（HAMMER STRENGTH）
・アングルドレッグプレス（CYBEX）
・ハックスクワット（CYBEX）
・シーテッドカーフレイズ（CYBEX）
・アブベンチ
・アブコースター

カーディオマシン

・トレッドミル×9台（LIFE FITNESS、CYBEX）
・インクライントレーナー×1台（FREEMOTION）
・アップライトバイク×2台（STARTRAC）
・リカンベントバイク×2台（STARTRAC）
・エリプティカルトレーナー×4台（OCTANE）
XT-One、LATERAL-X、XT-4700、XT-3700

その他

・PRIMEケーブルアタッチメント4種類
・ベントラットバー×2本
・パラレルラットバー2種類
・ストレートプルダウンバー
・他ケーブルアタッチメント6種類
・エクササイズチューブ
・メディシンボール（3kg,5kg）
・ヘッドハーネス
・ディッピングベルト
・BTバーナー
・ショルダーホーン
・アブマット
・アブローラー
・ハンギングアブストラップ
・プッシュアップバー
・ストレッチポール
・骨盤職人
・フレックスクッション
・竹踏み
・ストレッチエリア（最大5名）
・ウォーターサーバー2台
・FREE WiFi　※カーディオエリア専用