

1 マッスルプルダウン

従来の座位で行う形状とは異なり、立ったまま背中中の筋肉を鍛えるマシン。
負荷が途中で抜けることなく常に背中に刺激を与えてくれます。
今までにない立ちながらのプルダウンです。コツをつかむと大円筋にとってもよく効きます。