

背中・腰

バックエクステンション



✓ 腰に近い背骨まわりの
脊柱起立筋を鍛える
のに効果的なマシン

こんな方に**オススメ**



たくましく、引き締まった
後ろ姿を作りたい…



姿勢を良くしたい…
腰痛改善をしたい…



背中の下側を引き締める
ことができ、スッキリと
美しい背中のライン
になります！



脊柱起立筋を鍛えると、
姿勢が良くなったり
腰痛改善に繋がります！