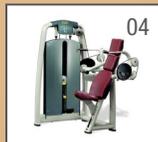
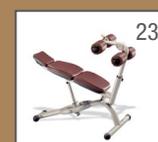


# Club de Fitness BOSTON RED SOX

ESPACE POIDS LIBRES



BAR



## APPAREILS DE MUSCULATION

- 01 Appareil à biceps
- 02 Élévations latérales épaules
- 03 Appareil multifonctions assis : buste
- 04 Extension des bras
- 05 Banc extension lombaires
- 06 Presse à pectoraux
- 07 Butterfly : pectoraux
- 08 Presse à épaules
- 09 Extension du dos
- 10 Presse à abdos
- 11 Appareil cuisses et fessiers
- 12 Tirage nuque
- 13 Leg extension (quadriceps)
- 14 Leg curl (ischios)
- 15 Adducteurs (intérieur des cuisses)
- 16 Abducteurs (extérieur des cuisses)
- 17 Cage à squat olympique
- 18 Poulie vis-à-vis
- 19 Poste à poulies
- 20 Presse à cuisses à charges libres
- 21 Presse à cuisses
- 22 Appareil multifonctions debout : buste
- 23 Cadre guidé multifonctions
- 24 Banc abdominaux
- 25 Rowing prise large
- 26 Rowing prise serrée
- 27 Tirage vertical dos & bras

## FORCE & ENDURANCE

001 - 002 Rameurs

## APPAREILS CARDIO

- 003 - 004 Vélos semi-allongés
- 005 - 007 Vélos\*
- 008 - 011 Vélos elliptiques\*
- 012 - 014 Tapis de course\*
- 015 - 016 Wavers

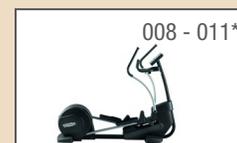
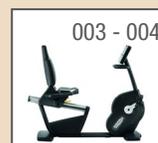
## ENTRAÎNEMENT VIBRATOIRE

017 - 019 Appareils PowerPlate

## ESPACE POIDS LIBRES

- 020 - 024 Bancs pour haltères
- 025 Banc pectoraux

## ESPACE CARDIO



ENTRÉE

\* en partie avec branchement pour smartphone/lecteur MP3 et TV intégrée

