

平成26年度

永井記念 トレーニングルーム 概要



永井記念トレーニングルームの設置目的

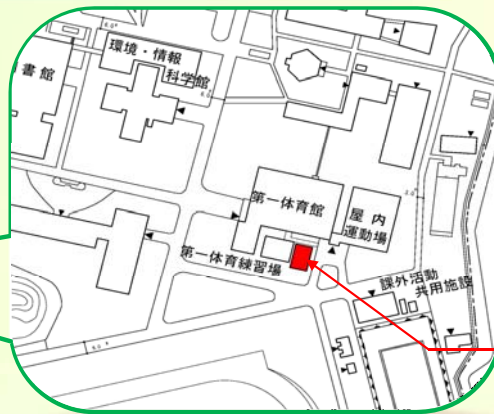
- ◎学生・教職員の健康及び体力増進、競技能力等向上を図るために整備
- ◎夏場の猛暑等の対策として、学生等体調不良時の緊急避難場所としても利用できるよう整備

場

トレーニングルームの設置場所

所

三重大学上浜団地配置図



永井記念
トレーニングルーム

概

トレーニングルームの概要

要

工事概要

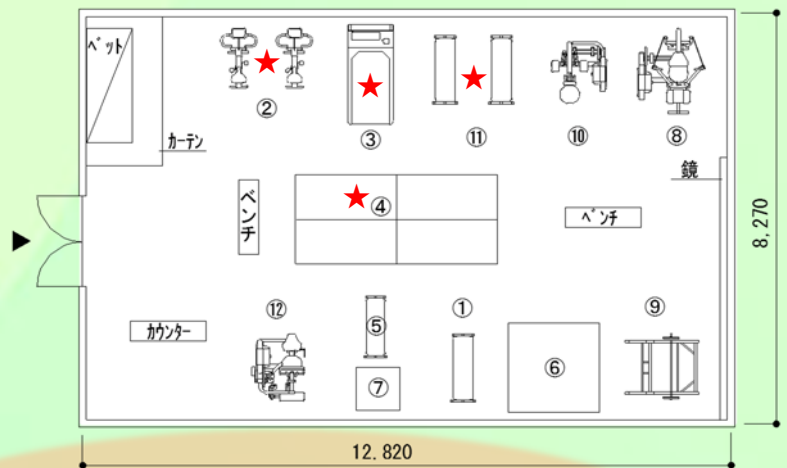
工	期	平成26年11月～平成27年2月
構造・階	数	軽量鉄骨造・地上1階建
建築面積		106㎡
延べ面積		106㎡
寄附者		医療法人 永井病院



トレーニング機器リストと配置図

番号	名称	備考
①	ベンチプレス	既存
★②	コードレスバイク	新規
★③	ランニングマシン	新規
★④	ストレッチマット	新規
⑤	インクラインドベンチ	既存
⑥	プレートラック	既存
⑦	ダンベルラック	既存
⑧	チェストフライ	既存
⑨	パワーラックプレート	既存
⑩	シーテッドロウ	既存
★⑪	腹筋台と背筋台	新規
⑫	レッグエクステンション	既存

★印は新規導入



紹

トレーニング機器の紹介

介



コードレスバイク



ランニングマシン



腹筋台と背筋台