

## Recensement des machines de musculation

Spécifique salle de musculation :

Nom	Quantité	Catégorie	Plateau
Leg extension	1	Guidé	Musculation
Machine abdos assise	1	Guidé	Musculation
Presse horizontale	1	Guidé	Musculation
Tirage vertical	1	Guidé	Musculation
Chaise romaine	1	Guidé	Musculation
Rowing	1	Guidé	Musculation
Butterfly	1	Guidé	Musculation
Développé couché	1	Guidé	Musculation
Leg curl	1	Guidé	Musculation
Adducteur – abducteur	1	Guidé	Musculation
Vis-à-vis	1	Guidé	Musculation
Squat	1	Guidé	Musculation
Dips	1	Non-guidé	Musculation
Banc oblique abdo	1	Non-guidé	Musculation
Banc larry scott	1	Non-guidé	Musculation
Développé incliné	1	Non-guidé	Musculation
Développé couché	1	Non-guidé	Musculation
Développé nuque	1	Non-guidé	Musculation
Banc haltère modulable	1	Non-guidé	Musculation
Banc haltère non-modulable horizontal	1	Non-guidé	Musculation
Vélo cardio	6	X	Cardio
Vélo elliptique	3	X	Cardio
Rameurs	2	X	Cardio
Tapis de course	2	X	Cardio
<b>TOTAL</b>	<b>33</b>	<b>X</b>	<b>X</b>

Spécifique salle d'haltérophilie :

Nom	Quantité	Plateau
Cages multifonctions	2	Musculation
Plateaux haltérophilie	5	Musculation
Espalier en bois	1	Musculation
<b>TOTAL</b>	<b>8</b>	<b>X</b>

## Recensement du matériel de musculation

Nom	Quantité
Médecine ball 5kg	2
Médecine ball 4kg	2
Médecine ball 3kg	2
Médecine ball 2kg	2
Espalier	1
Barre abdos – triceps	1
Tapis sol pliables	3
Tapis Dima	2
Planche proprioception	1
Bossu proprioception	1
Ballons suisse	3
Trampoline	2
Barre traction fixée	1
Step	2
Rack haltère	1
Barres en Z	2
Barres olympique	3
Barre 15kg	1
Barre 10kg	1
Barre body pump	3
Gilet lesté	1
Poignets pompes	2
<b>TOTAL</b>	<b>39</b>