

体力測定会

12/20 (月) ~ 12/22 (水)

参加費
¥500
(税込)



時間

①11:00 ②13:00 ③15:00

※最終受付は
記載時間の
30分前まで

完全予約制

④19:00 ⑤20:30

12/9 (木) より申込スタート!!

測定項目



InBody測定・握力・柔軟性・敏捷性・平衡性・持久力  ※測定後にカウンセリングを行います。

自身の体力年齢はご存じですか?この機会にトレーニングメニューの見直しや、新たな目標設定を立て、より効果的な運動に取り組みましょう!!