

千歳温水プール 体組成測定会

令和7年4月20日(日)

10:00～12:00 (最終受付11:15)

① 体組成測定



筋肉と脂肪の割合、筋肉バランス、体の構成等を測定します。

② 測定結果の解説



体組成測定結果票の解説や、今後にむけた健康アドバイスを行います。

③ 握力・ロコモ*測定



握力やロコモ度テストもできます。
*ロコモとはロコモティブシンドローム
(運動器症候群)の略称

【会 場】 千歳温水プール 1F 集会室
(集会室前にて当日受付を行います)

【対 象】 どなたでもご参加いただけます

【参加費】 無 料

主催：公益財団法人 世田谷区スポーツ振興財団
協力：株式会社日本水泳振興会



お問い合わせ：世田谷区立千歳温水プール管理事務所
世田谷区船橋7-9-1 Tel. 03-3789-3911 Fax. 03-3789-3912

