

# 大人の体力測定会

9/24(日)12:00~14:00



InBody <インボディ>

## 高精度での体成分分析が可能

InBody は体脂肪率や部位別の筋肉量を計測するだけでなく、体が保有している「水分量」「たんぱく質」「ミネラル」等計測できる機械です。

身体を五分割（右腕・左腕・右脚・左脚・体感）にわけ、現在の筋肉量をチェックします

所有しているたんぱく質等も計測できるため、トレーニングのタイミングも把握できます

peek a body <ピーク ア ボディ>

## 進化型ボディアプリケーション

peek a body は、関節をセンサーカメラが自動認識することで、カラダの状態を見える化し、簡単に診断・評価できるボディ・アプリです。

四方向から写真をとるだけで、あなたの身体を分析します

筋肉のこわばり、ゆがみが分かり、5年後10年後の姿勢や最適な運動がわかります



**9月24日(日) 定員：30名 参加費：500円**

開催時間 12:00~14:00 の間で、3部制（10名）に分けて、受付いたします。

お申し込みの際は、希望時間帯をお伝えください。

【時間】12:00~14:00 【定員】30名		
時間	受付数	定員
① 12:00~12:40	10名	合計 30名
② 12:40~13:20	10名	
③ 13:20~14:00	10名	

測定結果をもとに、トレーナーから  
身体の状態、健康サポートについて  
アドバイスがあります

【申込方法】

9月8日~先着順（定員になり次第締切）  
お電話または窓口で受付できます