



南相馬市民プール

12月23日(火)

In Body 測定会

10:00～15:00 1回 500円(予約制)

詳しくは受付にお問い合わせください

体脂肪率

筋肉量

脂肪・筋肉
バランス

内臓
脂肪量

BMI

～あなたの身体を徹底解剖～

☒ 自分の身体を知りたい

☒ 効率の良い運動をしたい

☒ どこを鍛えればいいのかわからない

☒ これから運動を始めるのに参考にしたい

こんな方に
オススメ!!

※お友達と一緒に申し込み可能です。(1名につき500円)

お一人様(1組)15分程度お時間を頂戴します。

測定用紙を見ながら簡単な運動講話もいたします。

予約制ですが、空きがございましたら当日受付も可能です。