



# 南相馬市民プール

## 2月24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。