

InBody

で体成分チェック!

ワンコイン測定会実施のお知らせ

ご自分の筋肉量、体脂肪量（率）、基礎代謝量、内臓脂肪指数、体格指数（BMI）等が測定できます。

測定結果は、今後の運動プログラム作成等に活かします。

また、定期的に測定することで運動効果を確認できます。

測定結果の説明及びアドバイスも行います

日時	8月24日（木） 10：00～17：00
場所	上尾市健康フラザ わくわくランド 1F フロント前
対象	中学生以上
料金	1回 100円（別途入館料）

運動を行っている方も

これから運動をはじめる方も

ご自分の体成分を知る良い機会です。

