

測って・知って・得しよう!

# からだ測定会

## ～体組成測定inサッカー公園～

日時 毎月最終土曜日 10:00～20:00

4/25、5/30、6/27、7/25、8/29、9/26、  
10/31、11/28、12/26、1/30、2/27、3/26

- 内 容
- ①体組成測定(裸足になって測ります)
  - ②測定結果によるアドバイス
  - ③トレーニング室無料体験利用

「体組成測定とは・・・？」

からだの主成分であるの筋肉、体脂肪、水分、  
推定骨量を体重計のような機械で測ります。  
筋肉や体脂肪がからだのどの部分に多いか  
エネルギーを消費しやすい(太りにくい)からだか  
どうかなどを知ることができます。



対 象 18歳以上(18歳以下は正確な測定数値が出ません)

参加料 1人 500円

申込方法 当日直接窓口でお申込みください。

主 催 (公財)安芸高田市地域振興事業団 吉田サッカー公園



お問合せ先

安芸高田市吉田サッカー公園管理事務所(水曜休園日)

TEL 0826 (42) 1600