

男性のためのインボデイ測定会

2019年

5月15日(水)から受付開始

お電話または直接健康づくり支援センターへ

理想的な体づくりのヒントが満載。
インボデイ測定では、四肢の部位別筋肉・脂肪量やバランス、
体幹内臓脂肪レベルなどがわかります。
健康づくりの第1歩は自分の“カラダ”を知ること。
測定を通して自分のカラダと向き合ってみませんか？

2019年
6月14日(金)

① 午前10時00分(受付: 9時45分)

② 午前10時50分(受付: 10時30分)

※測定と運動・栄養講座で2時間程度

場所 武蔵野市役所 (①812 会議室 ②813 会議室)

年代 武蔵野市在住の男性

①: 60歳代以上 ②: 概ね50歳代まで

※ペースメーカーを使用中の方、測定後1年未満の方はご参加頂けません。

定員 各10名(申込順) ※事前申込制

講師 健康づくり人材バンク

※個別相談は行っていません。

<問合せ・申込み>

(公財)武蔵野健康づくり事業団

健康づくり支援センター

武蔵野市吉祥寺北町4-8-10

(保健センター1階)

☎51-0793

(平日8:30~17:00 ※祝祭日を除く)