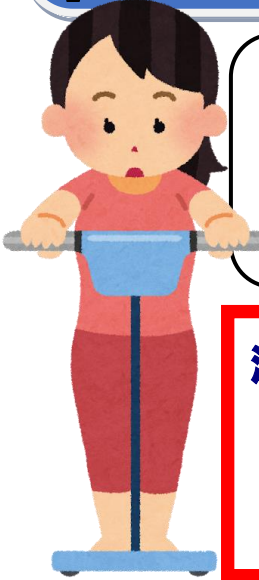


体力測定・トレーニングアドバイス



健康生活の基本となる運動習慣の大切さや自身の健康状態を再確認しませんか？
測定結果に基づいて、理学療法士からのアドバイスや日頃の食生活について管理栄養士からのアドバイスもあります。

測定項目:身長・体重・血圧・握力・長座位体前屈・ファンクショナルリーチ
開眼片足立ち・10m 最大歩行・TimedUp & Go・大腿・下腿周囲測定
体組成計による測定

会場:当センター アリーナ

対象者:身体障害者・精神障害者

日時:10月25日(水)

13時30分～15時30分

費用:無料

募集定員:20人(要予約・先着順)

受付期間:9月1日(金)～10月20日(金)

