

体成分測定会開催



夏に向けて体重が気になる方や運動しているのに効果が出ない方等、健康な体づくりを目指したい方。まずは、自分の体について知ってみませんか？測定会では測定結果をもとに運動等、アドバイスさせていただきます。

日時 平成30年6月24日（日）

時間 9：00～20:00

場所 2F見学室

対象 15歳以上

値段 500円もしくは教室チケット1枚

受付 6月24日、当日に2F管理事務所にて受付け致します。時間が他のお客様と重複しました場合、多少お待ちいただくことがございます。**時間に空きがあるか等お気軽にお尋ね下さい。**



計測～説明までの所要時間は20分程度です



測定器 ウェルスキャン500

正確な測定をするために

- ①可能な限り**空腹時**であること、**カフェイン**など**利尿作用**があるものは控える
- ②できるだけ**安静**な状態であること
- ③測定時の服装はできるだけ**軽装**であること
- ④測定前にお手洗いをすませ体内の老廃物をできるだけ排出してください
- ⑤事前に正確な**身長**を測っておく

(1F受付横にて簡易的に測ることは可能です)



ご協力おねがいたします

博多市民プール

福岡市博多区東那珂1丁目9-15

☎ 092-473-8855

指定管理者 シンコースポーツ・西鉄ビルマネジメントグループ

