

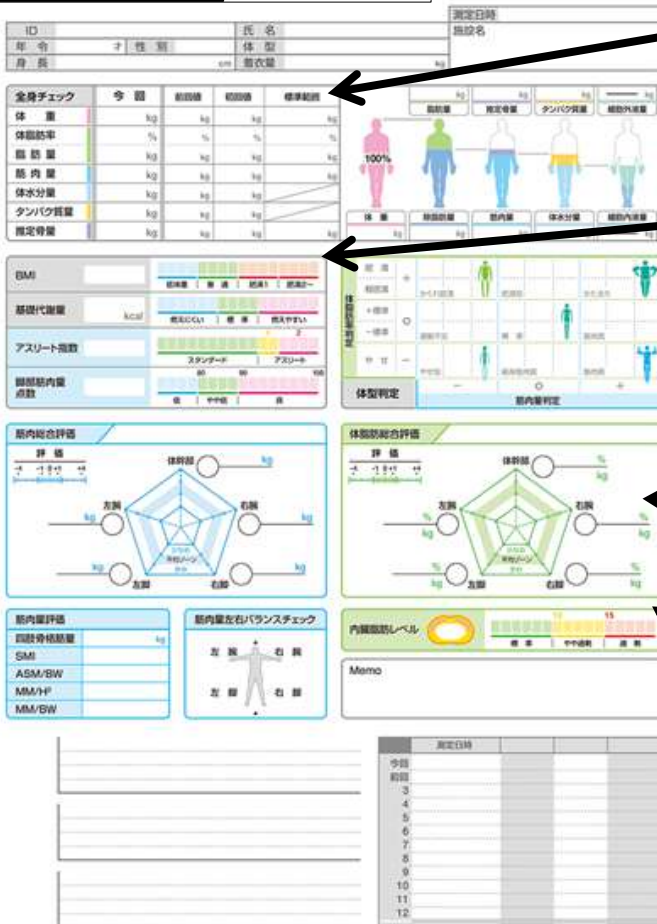
体組成測定会

☆体組成とは？

体の筋肉量、脂肪量、骨量などを各項目に分けて測定します。

見本

Get In Shape-N



・体組成分析

体水分、タンパク質、骨量、体脂肪の状態が分かります。

・体格指数、基礎代謝量など

体格指数（BMI）、基礎代謝量からアスリート指数を割り出します。

・筋肉/体脂肪バランス

筋肉量と脂肪量の部位別バランスが分かります。

・内臓脂肪

内臓の脂肪が適正か分析します。



測定期間：2026年 5月30日(土)～6月6日(土)まで！

測定時間：9:30～19:00まで ※6月6日のみ15:00まで

所要時間：お一人5分程度

参加資格：高校生以上

測定料金：300円 ※体育館受付にてお支払いください

★カウンセリング（メニュー作成）

個別に結果説明、運動や日常生活のアドバイスを行います。

料金：300円 所要時間：30分程度

実施時間：10:00～19:00

（状況により、お受け出来ない場合がございます）

ご希望の方は、スタッフまでお問合せください。

お問い合わせ：金岡公園体育館 TEL 072-254-6601