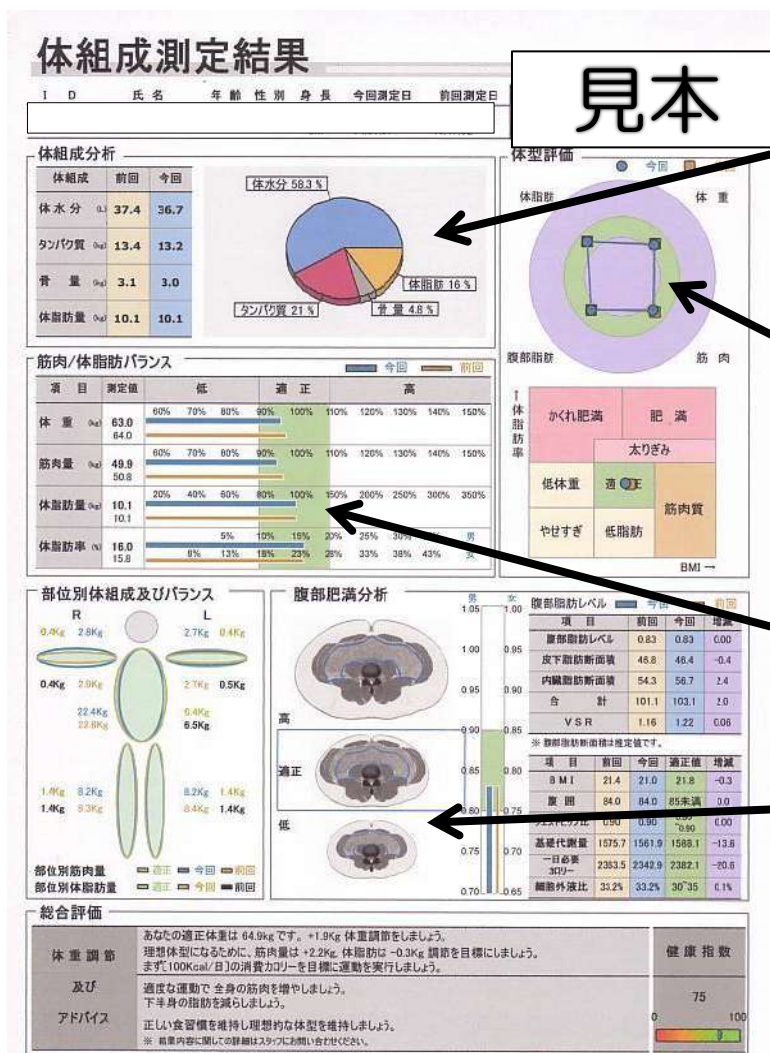


体組成（ボカ）測定会

☆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

・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。

・体型評価

体重、体脂肪、筋肉量、腹部脂肪の4つで現在の体型の評価が分かります。

・筋肉/体脂肪バランス

筋肉量と脂肪量のバランスが分かります。

・腹部肥満分析

腹部の脂肪量が適正か分析します。

測定期間：2025年 12月1日(月) ～ 12月9日(火)まで！

測定時間：9:30～19:00まで ※12月9日のみ16:00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：10:00～15:00（最終受付 14:30）

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

