

# 体健康チェック測定会

第一弾♪ 体組成・骨の健康度チェック！自身の体の状態を把握しよう！



**特典！！！！**

**ミズノインストラクター  
教室一回割引券プレゼント！！！！**

ご参加いただいた方には、ミズノインストラクターが指導する各4教室の中から選んで使える教室一回無料券（700円分）をプレゼント！

使用できる4教室：  
ウォーキング・ノルディックウォーキング・親子スポーツ・ミズノレクリエーション教室

各測定結果ごとに、今後の運動や食生活などをアドバイス致します！！

## 体の状態をチェックしよう！！

- 場所** ■ 練馬区立大泉学園町体育館 エントランス
- 日時** ■ 6月6日(月)・7日(火)・8日(水) 10:00~16:00
- 料金** ■ ①体組成 500円  
②骨の健康度チェック 500円
- 申込** ■ 練馬区立大泉学園町体育館 1階総合受付にて申込

## 測定で分かること

### ①体組成チェック

体の構成成分が分かります！  
水分量、骨格筋量、体脂肪量  
タンパク質、ミネラルなど

### ②骨の健康度チェック

骨の健康状態が分かります！  
かかと骨内の超音波速度、  
若年齢との平均基準値との比較、  
同年齢との平均基準値との比較など

- 所要時間 15分程度  
(測定からカウンセリングを含む時間)

※お申込みの際にご提供いただく個人情報、  
数値に管理いたします。  
当グループ主催イベントの  
案内冊を送付させていただきます。ご  
予約ください。



練馬区立大泉学園町体育館  
TEL: 03-5905-1161  
〒178-0061  
東京都練馬区大泉学園5-14-24

- 営業時間 9:00~21:30
- 休館日 毎月第2月曜日  
年末年始