

じぶんの体力を知る

体力測定会

参加費無料

筋力・バランス力・柔軟性・敏捷性
じぶんの体力を測定してみませんか？

日時

12月19日(木) 受付：10:00～11:30

会場

たいじん アリーナAコート

対象

りんぐる会員 & お友だちやご家族

内容

体力テスト5種目・ロコモ度テスト
In Body (有料500円)

持ち物

動きやすい服装
飲み物・うち履き

