

あなたの体力年齢は 今、何歳？

健康診断で健康状態がわかる

体組成計で体の状態はわかる

でも体力(カラダのパフォーマンス)はどうだろう？

7/21(月・祝)

開催!!

参加費

無料!

初めての方も
大歓迎!!



FIA 全国カラダ年齢測定 —フィットネス体カテスト—

実施種目

	全年代対象
1	握力
2	上体起こし
3	長座体前屈
4	反復横跳び
5	立ち幅跳び
6	トレッドミル急歩

【イベント詳細】

日時 25/7/21 (月・祝) 1部11:00~12:00 2部14:00~15:00

※入退場 各部開始20分前~終了30分後まで

定員 各部10名 ※先着順 料金 無料

場所 グンゼスポーツ吹田健都 健都スタジオ・ジムエリア

申込 7/9(水)12:00~ マイページ 7/9(水)14:00~ 電話

持物 動ける服装・室内シューズ・タオル・水分等 ※レンタル使用不可
その他 シャワー利用可(タオルはご持参ください。)※浴槽・サウナ利用不可

FIA 全国カラダ年齢測定-フィットネス体カテスト-ではあなたのカラダ年齢が何歳か？全国と比較してどのくらいなのかを測ることができます。

現状を把握し、効率よく改善し

実年齢マイナス15歳を目指しましょう！

担当:山口

