



Karada Update Project episode 7

# カラダ健康相談会

筋肉量や左右筋バランスを測定！  
結果を下に、アドバイスさせていただきます！

Pickup!!

Pickup!!



筋肉量・筋肉バランス  
測定&アドバイス！



専門トレーナーによる  
歩行分析レッスン開催！

『地域の皆さんの健康づくりに役立てれば』との思いから、カラダ相談会を開催いたします。

開催日 | 令和5年6月24日(土)

時間 | 【体組成測定】 午前の部 10:30~13:30 / 午後の部 14:30~17:00

【歩行分析会】 ①11:30~12:30 / ②15:00~16:00  
※各回定員20名とさせていただきます。

場所 | 【体組成測定】 虹のmart 特設ブース(弘前市大字駅前町12-1)  
【歩行分析会】 駅前公園内(弘前市大字駅前町)

※歩行分析会の参加受付は当日虹のmart特設ブースにて行います。  
参加ご希望の方は虹のmart店内イベントスペースへお立ち寄りください。

料金 | 無料

参加方法 | 予約不要

【体組成測定】開催時間内に特設ブースにお越しください。  
【歩行分析会】各開催時間前に特設ブースにお越しください。  
定員に達し次第受付を終了させていただきます。

※体温が37.5度以上ある方、体調不良の方は参加をご遠慮ください。  
※雨天の場合、歩行分析会のみ中止とさせていただきます。

主催：セントラルフィットネスクラブ弘前店 共催 弘前市・虹のmart

本企画は弘前市「健康とまちのにぎわい創出事業」の一部として実施いたします。  
本件に関するお問合せ：セントラルフィットネスクラブ弘前店 TEL0172-35-1611