

体組成を測ってみよう！

INBODY 測定会

InBodyJ10

THE PROFESSIONAL BODY COMPOSITION ANALYZER



約2分の測定で
身長・体重だけでなく
筋肉量のバランス、
基礎代謝など
多くの項目を測定！

筋肉量や脂肪量
各部位の発達状況も
わかる！！

トレーニングの成果
を確かめよう！

身体バランスや
身体強度を
チェック！

気になる！
メタボリック
内臓脂肪レベル

- ・開催日：令和2年10月中旬から毎月8回程度実施
- ・時間：午前の部 9:00~12:00、午後の部 13:00~17:00
- ・場所：ALSOK ぐんま総合スポーツセンター 本館1階
- ・料金：1回500円（ポイントカード作成者：5回目無料、10回目無料）
- ・測定項目：身長、体重、体脂肪、BMI、部位別筋肉量、バランス&強度チェック
身体各部位の周囲計、基礎代謝、メタボリック&内臓脂肪レベル 等
- ・参加方法：本館受付にて inbody 測定希望とお申し付けください。
- ・測定目安：1~3ヶ月に1回程度（月ごとに身体の変化がわかります！）

INBODY測定 開設日

注意事項 申し込み：1度の測定で10人を超える場合は、事前にご連絡ください。
個人での測定は特に予約等必要はありません。

| | | | | |
|-----|--------|--------|--------|--------|
| 10月 | 16日(金) | 17日(土) | 20日(火) | 21日(水) |
| | 24日(土) | 27日(火) | 28日(水) | 30日(金) |
| 11月 | 5日(金) | 10日(火) | 11日(水) | 19日(木) |
| | 21日(土) | 25日(水) | 27日(金) | 28日(土) |
| 12月 | 1日(火) | 5日(土) | 9日(水) | 11日(金) |
| | 17日(木) | 19日(土) | 22日(火) | 23日(水) |
| 1月 | 6日(水) | 9日(土) | 14日(木) | 15日(金) |
| | 16日(土) | 19日(火) | 21日(木) | 26日(火) |
| 2月 | 2日(火) | 6日(土) | 10日(水) | 12日(金) |
| | 13日(土) | 17日(水) | 25日(木) | |
| 3月 | 2日(火) | 10日(水) | 11日(木) | 12日(金) |
| | 13日(土) | 16日(火) | | |

※競技者だけではなく、一般の方も測定ができます。団体(10人以上)で測定を希望する場合は、事前に電話で希望日をお知らせください。
※開設日については、変更になる場合がございますので、予めご了承ください。