

5月
30日水

新体力テスト

参加無料
先着20名

今のご自身の体力が全国平均と比較できる良い機会です。

筋力

握力計で左右2回ずつ

柔軟性

長座体前屈2回

敏捷性

反復横とび30秒間の回数

瞬発力

立ち幅跳び2回

筋持久力

上体起こし30秒間の回数

体成分測定

身体の筋量、脂肪量測定

参加者だけの特典
ピークアボディ測定を
通常1,500円をなんと
1,000円で測定する
ことができます。

受付開始：18時30分～ 2階ロビー

測定開始時間：19時00分～
時間に余裕がある方は
体成分測定をお早めに
済ませてください。

●申込期間：5月22日～

申込方法：電話又は窓口にて
氏名・年齢をお伝えください。
持ってくるもの：動きやすい服装・室内靴

久留米市民温水プール

営業時間/9時30分～21時00分

TEL/0942-21-2040