

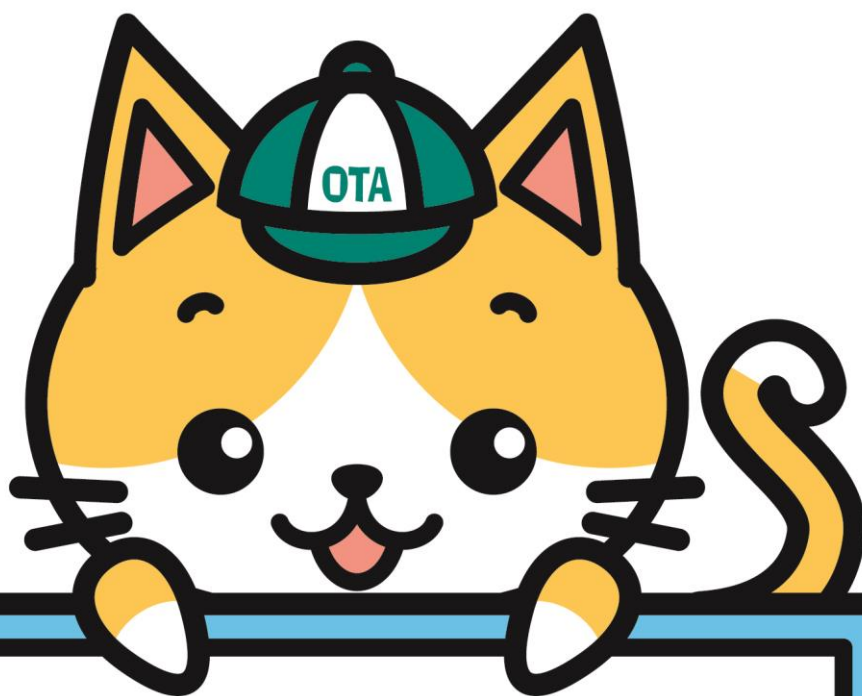
先着100名様!!

無料

体力測定会

この機会に、ご自身の体力を測定してみましょう♪
血管年齢の測定も実施します！

是非、ご友人も誘ってお越しください。



■日時：令和4年2月9日（水）

14時00分～16時00分

（15分前から受付開始）

■場所：大田区民プラザ・地下1階展示室

■参加費：無料（会員以外の方でも参加できます）

※裏面に会場の地図と種目のご案内があります。

主催：公益社団法人 大田区シルバー人材センター
適正・安全委員会/事務局
問合せ先 03-3739-6666

大田区民プラザ地図

(大田区下丸子3-1-3 地下1階展示室)



・東急多摩川線「下丸子駅」下車すぐ

・東急池上線「千鳥町駅」～徒歩7分

～種目の種類～

①握力

②ファンクショナルリーチ（バランス・柔軟）

③8の字歩行

④連続立ち上がり

⑤連続上腕屈伸

⑥起立時間

⑦血管年齢

動きやすい恰好
で来るニャン♪



※種目の変更の可能性があります。

※新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては中止させていただく場合があります。

事前の予約はありません。会場でお待ちしています。