

じぶんの体力を知る

体力測定会

参加費無料

筋力・バランス力・柔軟性・敏捷性
じぶんの体力を測定してみませんか？

2025年

日時

11月27日(木) 受付：10:00～11:30

会場

たいふう アリーナAコート

対象

りんぐる会員・どなたでも

内容

体力テスト5種目・ロコモ度テスト
In Body（有料500円）

持ち物

動きやすい服装
飲み物・うち履き

