

参加費無料でどなたでもご参加いただけます♪

スポーツセンター 初開催!

気軽に
チェック!

気軽にかんたん♪

カラダチェック



加齢と共にあらわれる身体の痛みや姿勢のゆがみ、気になっていませんか？
歩行姿勢や普段の動きを分析し、あなたに適した運動などをご説明します。
自身の状態を知ること、普段の生活習慣を見直す機会にしましょう！

日時

10月13日[日]

13:00~16:00(最終受付~15:30)

場所

剣道場

測定内容

歩行姿勢測定



3Dセンサを用い、センサに向かって歩くだけで「速度」、「姿勢」、「バランス」など、歩行動作を計測します。

AI姿勢分析



タブレットによる簡単な撮影で現在の姿勢の歪み等を分析し、未来姿勢を予測します。

「握力(筋力)」、「長座位体前屈(柔軟性)」、「上体起こし(筋持久力)」の測定も行います。

18歳以上の方はどなたでもご参加いただけます。参加費は無料です。最終受付が15時半となりますので、予めご了承ください。

江戸川区スポーツセンター

TEL 03-3675-3811

受付時間/

平日・土曜: 9:00~22:30、日・祝日: 9:00~21:30

HOME PAGE

江戸川区スポーツセンター

検索

<https://www.edogawa-spocen.com/>