

春の健康 体力測定会

日時 **4月3日 14:00~15:30**
16日 14:00~15:30

参加費 **無料**

測定内容

落下棒テスト 開眼片足立ち
握力測定（左右）アップ&ゴーテスト
歩幅歩行速度測定 ストルーフテスト



動きやすい姿でご参加ください
秋にも体力測定会を開催いたします！
動きやすい服装でご参加ください！

お問い合わせはシニアステーション千束まで
電話 **03-6451-7660**

シニアステーション千束の
QRコードです

