

参加費無料でどなたでもご参加いただけます♪

茅ヶ崎温水プール 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によって、普段の生活習慣を見直す機会にしましょう！

日時

6月9日[日]

10:00~16:00(最終受付 15:30~)

※12:00~13:00は実施なし

場所

茅ヶ崎市屋内温水プール

1階ロビー

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。

3D姿勢分析



4つのセンサーを両腕・背中・骨盤に装着し、簡単な動作を行うことで、姿勢の歪みや左右バランスを分析します。

測定後は、結果をもとにスタッフが個別でアドバイスをおこないます

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。