

これから運動を始めたいが何から始めようかお困りの方

自分の身体能力に不安を感じている方

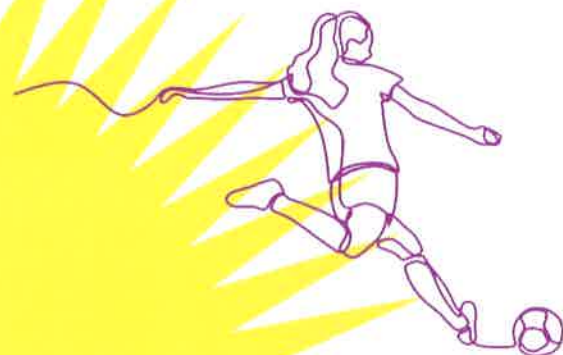
自分にどのようなスポーツが合っているか確認したい方

理学療法士と健康運動指導士が皆さまの身体能力を適切に評価し、アドバイスまでします！

【測定項目一例：握力、立ち幅跳び、10mダッシュ etc 理学療法士が評価し、必要な測定項目を実施します。】



知って
学ぼう!!!



“自分の身体能力”

小学生以上の方、どなたでも参加できます！



2022年2月5日(土) 14:00 ~ 17:00

取手ウェルネスプラザ 1F 多目的ホール 参加費：無料 先着 24名

【おひとり様 30分 下記の時間帯からお選びください。】

①14:00 ~ ②14:30 ~ ③15:00 ~

④15:30 ~ ⑤16:00 ~ ⑥16:30 ~



持ち物：体力テストの結果用紙（お持ちの方のみ）、痛みのある方はサポーターなど

申込方法：電話または 1F 総合受付にて

【1/15(土)10:00より受付開始】

申込・問い合わせ先：

取手ウェルネスプラザ ☎0297-71-2122

新型コロナウイルス感染症予防対策

入場時に検温とアルコール消毒をさせていただきます。

37.5℃以上のお客様は、入場をお断りする場合がありますので、
予めご了承ください。運動時以外はマスク着用をお願いいたします。