### 江戸川スポーツセンター

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で、普段の生活習慣を見直す機会にしましょう!

日 時

## 11月24日[月]

9:00~12:00(最終受付 11:20まで)

場所

気軽に

チェック!

江戸川スポーツセンター **剣道場** 

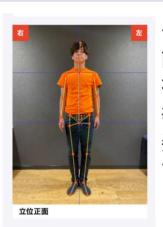
#### 測定内容

#### 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11時20分となりますので、予めご了承ください。

**HOME PAGE**