

参加費無料でどなたでもご参加いただけます♪

江戸川スポーツセンター

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

11月24日[月]

9:00～12:00(最終受付 11:20まで)

場所

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。

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/>