

豊岡市20周年祭

予約不要！豊岡市総合体育館にお越しください！

無料

体力測定会

高校生以上
対象

11月24日（月・振休）10:00～12:00

お1人あたり全項目測定で10分程度です。上記時間内のお好きな時間にお越しください。



InBody インボディ

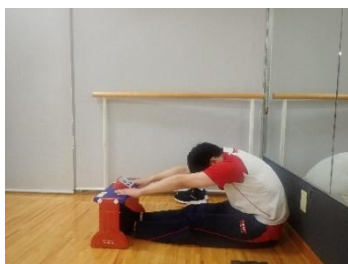
見た目だけでは分からない体の変化を、数字で見える化することで、続けるモチベーションにもつながります。

- ☑筋肉・脂肪のバランス
 - ☑部位別の筋肉量
 - ☑基礎代謝・体水分
- 運動の成果を数字でチェック

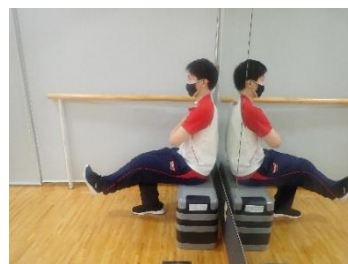
握力 上半身の筋力



長座体前屈 柔軟性



片足立ち上がりテスト 下半身の筋力



健康増進施設

ウェルストーク 豊岡

豊岡市立総合健康ゾーン健康増進施設

●お問い合わせはお気軽に！

TEL 0796-24-0582

くわしい内容は ウェルストーク豊岡

検索

●住所／兵庫県豊岡市立野町6番30号 ●営業時間／【月～水・金】9:00～22:00 【土・日・祝】9:00～21:00 ●定休日／木曜日