

ウェルネス 2024 フェスティバル

3月24日(日) 村上体育館

持ち物：内ばき

日頃の
感謝を
込めて♡



大人も子どもも
楽しめる♪
みんなで遊びに
来てね！

いろいろ測定会 13:00~15:00

申込不要

★InBody

高精度体成分分析装置！1分乗るだけでおよそ20項目を測定

100円

★脳年齢

ゲーム感覚で楽しく脳年齢を測定！

無料

★血管年齢

指先に専用の機器を装着するだけ！
血管の弾力性をチェック！

無料

★骨健康度

手首の骨年齢を簡単計測！
※骨密度ではありません

無料

★姿勢
チェック

専用のタブレットであなたの姿勢をチェック！
歪みやバランス、将来の体形まで分かっています！

無料



障害物インドア グラウンドゴルフ大会

受付時間 13:00～
スタート 13:30 終了 15:00予定

参加費 1人200円

対象 どなたでも！

定員 先着50名 ※定員に達しない場合は
当日の参加可能

申込み 3月21日(木)まで

※クラブとボールはこちらで用意します

参加者
大募集



入賞者には
賞品贈呈!!

村上体育館のひろ～いアリーナに
坂道やデコボコ道、トンネルコースなど、
簡単にはゴールできない障害物コースが出現！
大人も子どもも、経験者も未経験者も
誰でも優勝を目指せます！

トレーニングマシン説明会

時間

①10:00～10:30

申込不要

②11:00～11:30

受講料

1回 1,000円

対象

高校生以上

マシン種類

ランニングマシン、エアロバイク
エリプティカルなど



※受講後は村上体育館のトレーニングマシンを
1回100円(市外の方は1回150円)で利用できます

【お申込み・お問合せ】

NPO法人総合型スポーツクラブ

ウェルネスむらかみ

村上体育館 電話 52-6311

受付時間 8:30～18:00(平日)