

体成分測定 (InBody)

InBody を用いて筋肉と体脂肪のバランスを調べます。
今の身体の状態を知りたい方におすすめ。

予約 (トレーニング室受付にて)

心臓ペースメーカーを装着されている方や妊婦の方は測定できません。

ご希望の日、時間をお選びください。

10:00~17:00 (測定時間はおよそ15分です。)

(行事等によりご希望に添えない場合もありますので、ご了承ください。)

当日

1階券売機にて トレーニング教室受講券 (300円) を
ご購入の上、トレーニング室受付へお越しください。



トレーニング室にて

体成分測定



測定結果の説明



部位別筋肉量/脂肪量・体脂肪率・内臓脂肪レベル・
基礎代謝量など10以上の項目を測定します。



トレーナーが測定結果について解説します。
今後の運動目標の参考としてください。

測定データが記録されるため、
定期的に測定いただくことで身体の変化を確認できます。

トレーニングスタッフまで、お気軽にお声掛けください