

# セントラルグループ祭



# 体力測定イベント

同年代の平均と比べてみましょう！

実施種目：上体起こし、閉/開眼片足立ち、握力  
実施日時：5月11日(土)

11:15～、13:15～、14:15～

15:15～、17:15～、19:15～

5月12日(日)

10:15～、12:15～、14:15～

16:15～

5月14日(火)

9:15～、10:00～、11:15～

12:15～、14:15～、15:15～

17:15～、18:15～、20:15～



実施時間：10分前後(参加人数により変わります)

参加方法：実施時間にジムカウンター前にご集合  
のうえ、スタッフにお声掛け下さい。  
定刻に参加者不在の場合未実施の  
場合がございます。

備考：実施時にストレッチエリアを  
一部使用致します。