フィットネスチェック(運動機能・体力測定)



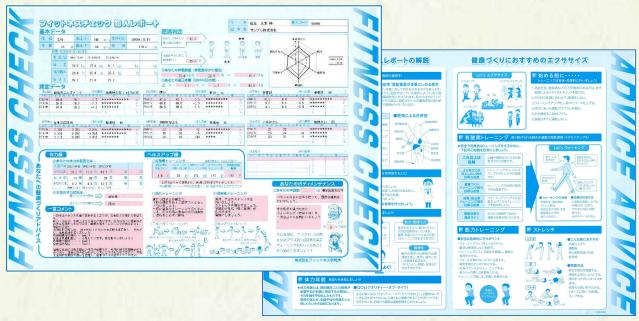
測定項目

運動機能測定		体組成測定※3
項目	機能	項目
握力	筋力	体重
座位体前屈	柔軟性	体脂肪率
全身反応時間	敏捷性	内臓脂肪レベル
閉眼片足立ち	平衡性	基礎代謝量
上体おこし	筋持久力	筋肉量
垂直とび	瞬発力	カラダ年齢
最大酸素摂取量	全身持久力	
肺活量	肺機能	
体力年齢※1		
年齢・性別評価※2		

- ※1 全国平均値を基に計算します。
- ※2 各項目の結果をコンピュータ処理することにより判定されます。
- ※3 詳しい体組成測定は InBody430 を用いて測定します。

フィットネスレポート(個人結果票)

数値だけでなく、経年的な変化がパッと見てわかる視覚的なわかりやすさ、総合的な体力状態を 評価した体力年齢など、専門的な知識がなくてもわかりやすいようにしております。



※体力年齢が計算されるので、体力レベルが直感的にわかります!

※直近5回分の履歴が表示されるので体力の推移が一目でわかります!

株式会社フィットネス研究所

TO 06-6327-6350

URL: https://www.fitlabo.co.jp/

