

中野区産業振興センター 健康セミナー

お手軽測定会 歩行姿勢測定

歩行姿勢を専用カメラで測定

データをもとに歩行姿勢改善を目指し、正しい姿勢で長く歩き続けるための意識向上へ繋がります

イベントページ
QRコード



開催日時

7月25日(土)
10:00～16:00

①10:00～ ②11:00～
③13:00～ ④14:00～ ⑤15:00～

会場

中野区産業振興センター
地下1階 多目的ホール

定員

先着 50名
(各回10名×5回)

対象

中野区在住の勤労者、
または中野区内にお勤めの方

費用

無 料

お申込み

お申込み期間：6月25日(木)～7月22日(水)

必要事項をご記入の上、下記メールアドレスへお申込みください。

【お申込み用メールアドレス】

info_nakanosansin@nakano-sanshin.com

【必要事項】

- ◇ お名前 ◇ ご連絡先 (お電話番号とメールアドレス)
- ◇ ご職業 ◇ ご希望の講座名と開催日 ◇ ご希望の時間帯

お申込み用アドレス
QRコード



QRコードを読み込むと
メールアドレスが自動で
入力されます



 **TAC 東京アスレティッククラブ**

【講師】 東京アスレティッククラブ講師

【主催】 中野区産業振興センター
マネジメント共同事業体

講座概要

歩行姿勢専用カメラで歩行時の「傾き」「ひねり」「歩幅」「スピード」などを測定し、そのデータをもとに自身の歩行姿勢を知り、日頃の歩行姿勢の改善を促します。

所要時間 約10分

測定(2～3分) → フィードバック (5分程度)

※待ち時間が発生する場合がございます。

対象

中野区在住の勤労者、または中野区内にお勤めの方

服装・持物等

- スカートでの測定は、歩行姿勢が制限されるためお控えください。
- 黒めの服装はセンサーが反応しない場合がございますのでお控えください。
- タオル (汗拭き用)
- 飲料水 (水筒、ペットボトル等、ふたができる容器の物)
- 運動しやすい靴 (スニーカーなど)

定員

先着 50名 (各回10名×5回)

会場

中野区産業振興センター 地下1階 多目的ホール
中野区中野2-13-14 (中野駅南口より徒歩5分)

※原則、駐車場のご用意はございません。公共交通機関をご利用ください。

問合せ

TEL: 03-3380-6946 中野区産業振興センター 2階窓口
(お問合せ受付時間: 平日午前9時～午後5時)

お申込み方法

必要事項をご記入の上、
下記メールアドレスへお申込みください。

【お申込み用メールアドレス】

info_nakanosansin@nakano-sanshin.com

【必要事項】

- ◇お名前
- ◇ご連絡先 (お電話番号とメールアドレス)
- ◇ご職業
- ◇ご希望の講座名と開催日
- ◇ご希望の時間帯

お申込み用アドレス
QRコード



QRコードを読み込むと
メールアドレスが自動で
入力されます