

# 体力チェック&ウォークラリー 12:00~16:00

先着100名

参加年齢  
3歳~

参加賞  
あり!

キューズモール内5カ所で体力測定&ポイントチェック!

全てまわってゴールすると体力測定の結果を専用帳票でフィードバック、さらに運動の専門家による運動アドバイスがあります!

rally point 1

全身反応時間



敏捷性

rally point 2

握力



筋力

rally point 3

肺活量



持久力

rally point 4

長座位体前屈



柔軟性

Goal point 5

結果出力&運動アドバイス

運動面から健康運動指導士による見方の説明と、運動アドバイスを行います。



## イベント MAP



会場・1F BASEパーク

体力チェック  
&ウォークラリー

12:00~16:00

会場・フットサルコート (屋根付き)  
RFヘルスエイド エアトラック

ヘルスエイド エアトラック  
記録会&楽しい走り方教室

Aグループ 13:00~  
Cグループ 14:30~

会場・1F BASEパーク  
RFヘルスエイド エアトラック

ヘルスエイド エアトラック  
記録会&楽しい走り方教室

Bグループ 13:30~  
Dグループ 15:00~

先着順

申込締切 9/18(火) 必着  
第5回ヘルスエイド エアトラック記録会&楽しい走り方教室  
参加申込み方法

Aグループ 13:00~  
未就学児

Cグループ 14:30~  
小学4年生~6年生

Bグループ 13:30~  
小学1年生~3年生

Dグループ 15:00~  
小学1年生~3年生

### 申込方法1.

e-mailにて、住所、氏名、性別、学年、電話番号  
参加したい教室A~Dを明記して事務局までお申し込みください。  
[anlab@health-pro.co.jp](mailto:anlab@health-pro.co.jp)

※メールでお申し込みされた方には3日以内に申し込み完了メールが届きます。  
携帯メールのドメイン指定受信をされている方はメールが届かない場合があります。  
あらかじめドメイン許可設定をしておいてください。  
なお、申し込み完了メールが届かない場合は電話にてお問い合わせをお願いいたします。

### 申込方法2.

お電話にて、住所、氏名、性別、学年、電話番号  
参加したい教室A~Dを事務局までお申し込みください。  
TEL.06-6910-7060 9:00~17:00 (土日祝休み)  
(12:00~13:00除く)

お問い合わせ

株式会社ヘルスプロモーションイベント事務局  
〒540-0003 大阪市中央区森ノ宮中央2-1-70  
もりのみやキューズモールBASE 2F ANLab.  
☎ 06-6910-7060 9:00~17:00 (土日祝休み)  
(12:00~13:00除く)

## ACCESS MAP



もりのみやキューズモール BASE

〒540-0003 大阪市中央区森ノ宮中央2丁目1番70号

電車でお越しのお客さまへ

地下鉄 中央線 「森ノ宮駅」2号出口すぐ。徒歩1分  
JR 環状線 「森ノ宮駅」より徒歩3分

### 注意事項

- ※医師から運動を控えるよう指示を受けた方、体調の悪い方は無理な参加は避け、本人の責任において参加してください。主催者、および各関連団体は、参加者に対し応急手当て以外の責任を一切負いません。
- ※紛失、事故、盗難について、主催者と関係各団体は一切の責任を負いません。
- ※このイベントで申込みをされた個人情報は事務局にて厳重に管理し、このイベントのご案内にのみ使用いたします。
- ※雨天の場合は屋根付きフットサルコートで実施します。但し、警報が発令された場合は中止となることがあります。
- ※雨天実施の場合、内容が多少変更となることがあります、ご了承下さい。