

국민체육진흥공단과 함께하는

# ‘시니어체력 100’



송파구 주민 모두가 건강하게 100세까지!

내 몸에 꼭 맞는 운동처방 무료로 받으세요!!

○ 일 시 : 2017. 4.26(수), 5.30(수) 13:00~18:00

○ 장 소 : 시니어복합문화센터 6층 채움실

○ 소요시간 : 약 30분

○ 검사절차

체력측정 → 체력평가 → 운동처방 → 체력관리지원

※ 체력평가 결과 1,2,3등급은 국가공인 체력인증서가  
발급되며 소정의 선물(고급수건)을 드립니다.



체력측정



운동처방

☎ 문의 : 02-413-9999 (담당 소근화)

※ 위치 : 서울 송파구 백제고분로 42길 5 시니어복합문화센터