

TOIMINTAKYVYN MITTAUSPÄIVÄ 16.2. MONITOIMIHALLILLA

Akaan liikuntapalvelut järjestää toimintakyvyn mittauspäivän perjantaina 16.2. klo 9-12 Toijalan monitoimihallilla.

Mittauspäivänä suoritetaan seuraavat testit:
puristusvoima, tasapaino, tuoilta ylösnousu sekä kehonkoostumus.

Ota myös läheisesi mukaan!

Osallistuminen on maksutonta eikä vaadi ilmoittautumista – tilaisuudessa on kahvitarjoilu!

Mittaukset voi suorittaa ilman jalkineita tai sisäkengillä.

