

Toimintakyvyn mittauspäivät

Akaan liikuntapalvelut järjestää
toimintakyvyn mittauspäivät
Toijalan Monitoimihallilla 25.10. klo 9-13,
Akaa Areenalla 1.11. klo 9-12 sekä
Kylmäkosken kuntosalilla 8.11. klo 10-12.

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

Tervetuloa!