

戸塚スポーツセンター職員による

@地域交流施設  
交流広場とつか

# 出前姿勢測定会



**あなたの  
姿勢  
チェック!**

正しく歩くためには、良い姿勢をつくるのが重要です。姿勢の崩れの多くは、柔軟性や筋力の低下・左右差といったアンバランスが原因でおこります。『良い姿勢はトレーニングでつくる!』をコンセプトに、姿勢をチェックし、結果に対してアドバイスを行う「姿勢測定サービス(1回 1,020円)」を実施します。良い姿勢をつくり、効果的にウォーキングしてみましょう。

★参加者の皆様には、家でもできる「ホームエクササイズブック(小冊子)」を無料でプレゼント!★



- ◆日 時：令和元年12月9日(月) 13:15~14:45
- ◆会場：地域交流施設 交流広場とつか  
〒244-0003 戸塚区戸塚町 4018-1 ザ・パークハウス戸塚フロント 1階
- ◆対象：16歳以上の男女
- ◆定員：15名(先着順。要予約)
- ◆料金：1,020円(当日会場で支払い)
- ◆申込：11月11日(月) 11:00開始。電話にてお申込みください。定員になり次第、締め切ります。

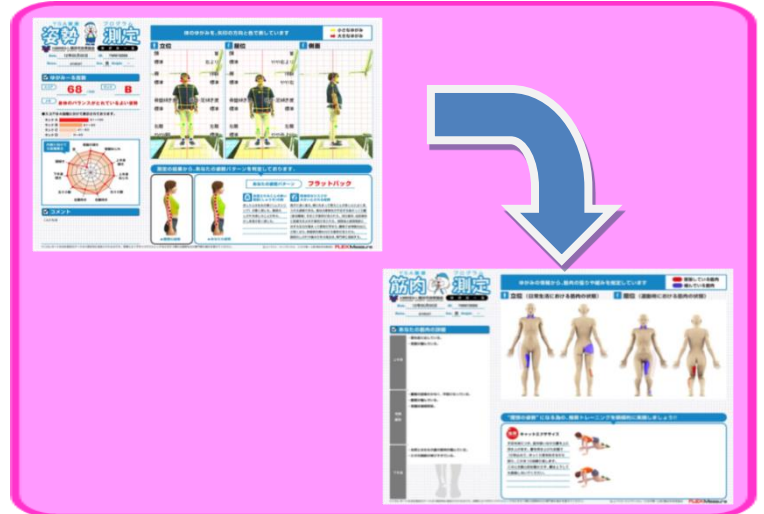
【申込・問合せ先】 横浜市戸塚スポーツセンター

TEL : 045-862-2181

# 姿勢測定会では

画像解析により、あなたの姿勢をチェックします。「横」、「正面」、「屈位」のポーズから姿勢のゆがみを点数化。原因となる筋肉の状態を判定し、改善トレーニングを紹介します。

【ステップ1】…はじめに姿勢を撮影(約3分) 【ステップ2】…撮影した姿勢を分析(約2分)



【ステップ3】…結果に基づき、あなたへの推奨トレーニングをアドバイス(約7分)



## 【会場】 地域交流施設 交流広場とつか

〒244-0003 戸塚区戸塚町 4018-1 ザ・パークハウス戸塚フロント1階



PMS 文書番号: Bah12001-02

### 【姿勢・歩行測定における個人情報の取扱いについて】

測定時に必要な個人情報(氏名・性別・身長・測定評価に使用する静止画)については、下記の目的に利用し、その取扱いにあたっては、適切な運用を行います。

- (1) 事業者の名称  
公益財団法人 横浜市体育協会
- (2) 個人情報の利用目的  
ご記入いただいた個人情報は、姿勢・歩行測定結果帳票作成、本サービスの質向上に利用いたします。
- (3) 個人情報の第三者提供について  
ご記入いただいた個人情報について、第三者提供することはありません。
- (4) 個人情報の取扱いの委託について  
取得した個人情報を業者に委託することはありません。
- (5) 個人情報の開示等及び問合せについて  
当協会が保有する個人情報の利用目的の通知・開示・内容の訂正・追加または削除・利用の停止・消去に応じる窓口は、(7)の問い合わせ先と同一です。
- (6) 個人情報をご提供いただけない場合の取り扱い  
必要事項をご記入いただけない場合、お申込できない場合があります。
- (7) 当協会の個人情報取扱いに関する苦情、相談等の問合せ先  
個人情報保護管理責任者 公益財団法人横浜市体育協会 事務局長  
お問い合わせ窓口  
総務部総務課 電話045-640-0011 FAX045-640-0021

## 【主催】 横浜市戸塚スポーツセンター

指定管理者 公益財団法人横浜市体育協会

TEL 045-862-2181

〒244-0816 戸塚区上倉田町 477

※戸塚スポーツセンターは 2020年3月31日(予定)まで吊り天井工事  
で休館中のため、お問い合わせについては月～土曜日(日・祝以外)  
の9時から17時までにお問い合わせいたします。