氏名　　様　　生年月日　　年齢　　歳

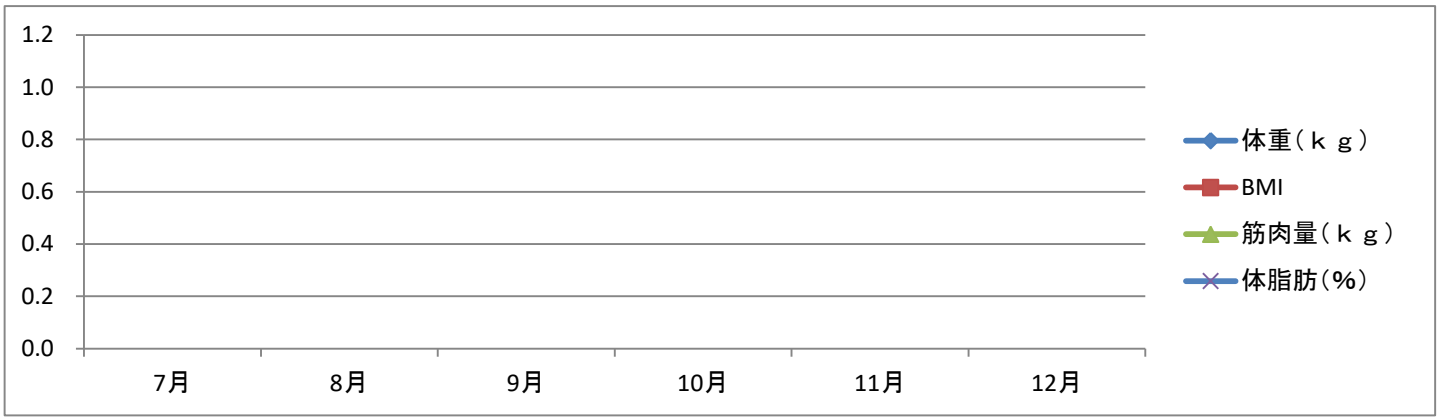
2019年　7 月分

体　力　測　定　表

		今回	前回	標準値
握力	右	kg	kg	
	左	kg	kg	
開眼片足立ち	右	秒	秒	
	左	秒	秒	

体　成　分　分　析　表

身長	m						
	7月	8月	9月	10月	11月	12月	標準値
体重(kg)							
BMI							
筋肉量(kg)							
体脂肪(%)							



当施設は最新の
InBodyを設置
しております!!

利便性に優れた折り畳み式 InBody
最も測定の早い体成分分析装置。

モニタリング

まーめいど

リハビリデイまーめいど　四国八十八か所の旅

走行距離　　km　　前回距離　　km

第　　番札所

取り組まれている運動プログラム

①チェストプレス	
②ヒップアブダクション	
③レッグプレス	
④ニューステップ	
⑤エルゴメーター（低）	
⑥エルゴメーター（高）	
⑦ウォーキングマシン	

その他、リラクゼーション（ウォーターベッド、メドマー、マイクロサーミー）、施術（20分）をご希望の方は実施しております。

ニューステップ、ウォーキングマシン、エルゴメーター（低）、エルゴメーター（高）の走行距離に応じて八十八か所の霊所をめぐっています。

ニューステップ

ウォーキングマシン

エルゴメーター（低）

エルゴメーター（高）