



樂活健康-銀髮長照：樂齡健康動起來-「inbody 前測」

時間：2019-10-21
地點：紹謨紀念游泳館

本校執行教育部高等教育深耕計畫，善盡大學社會責任，以「樂活健康、銀髮長照」為主題，由本校體育事務處規劃相關落實方案。目的在於活化校園優質空間、師資及設備，以及強化全人健康體適能兩個面向，開設「樂齡動起來」淡水區在地銀髮長者運動班。

InBody 身體組成檢測分析，不僅檢查身體組成，如身體總水重、脂肪、蛋白質和礦物質，而且也反映體脂肪率、肌肉分布和身體水分平衡，透過這些資訊可以對瞭解身體的詳細狀況有更近一步的掌握。



INBODY 檢測



INBODY 檢測