



Sport in Life

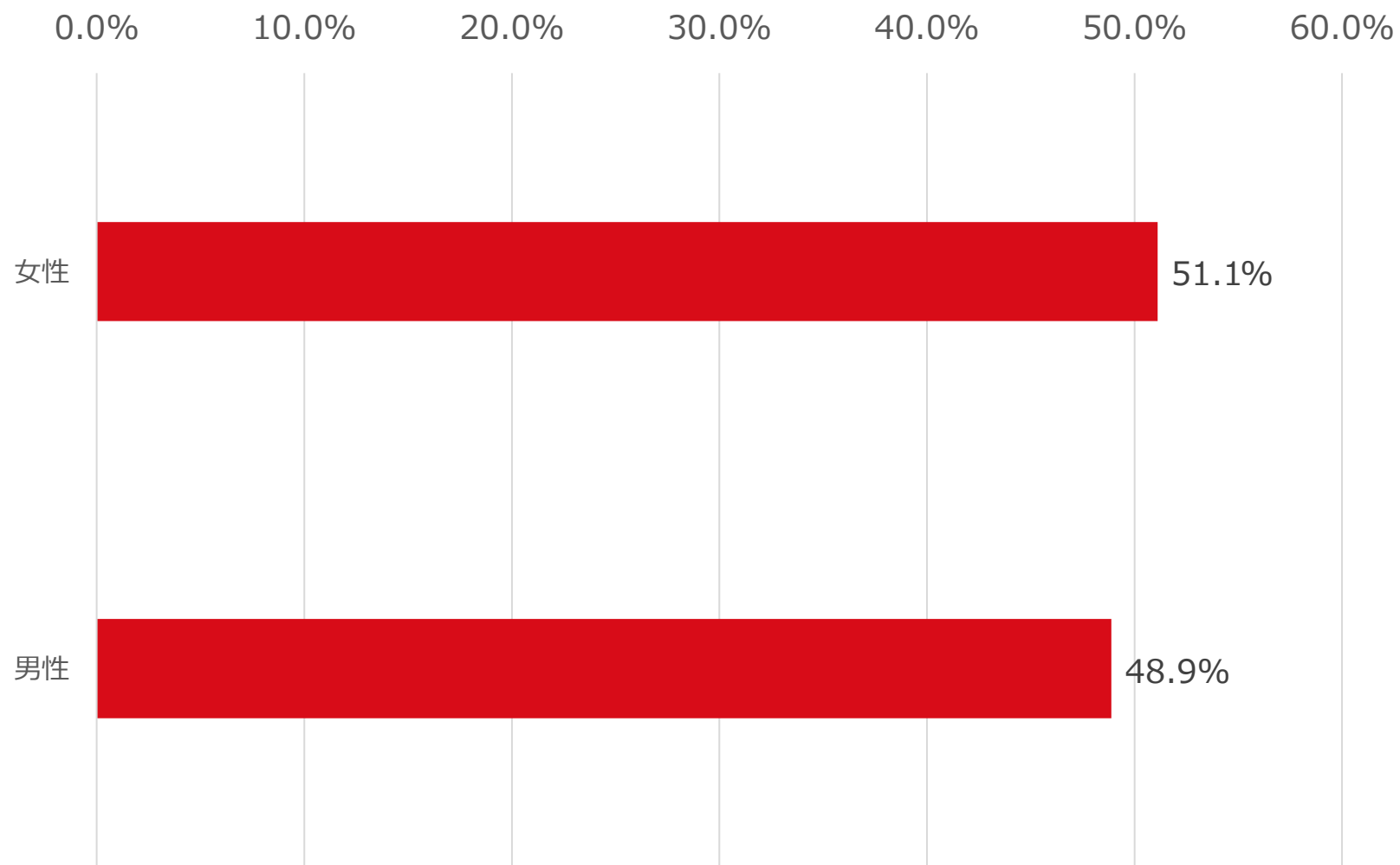
令和5年6月26日開催

3ヵ月チャレンジ
身体機能向上プログラム
～自分の身体を知り、運動で最高の状態へ～

アンケート結果について

【属性①】

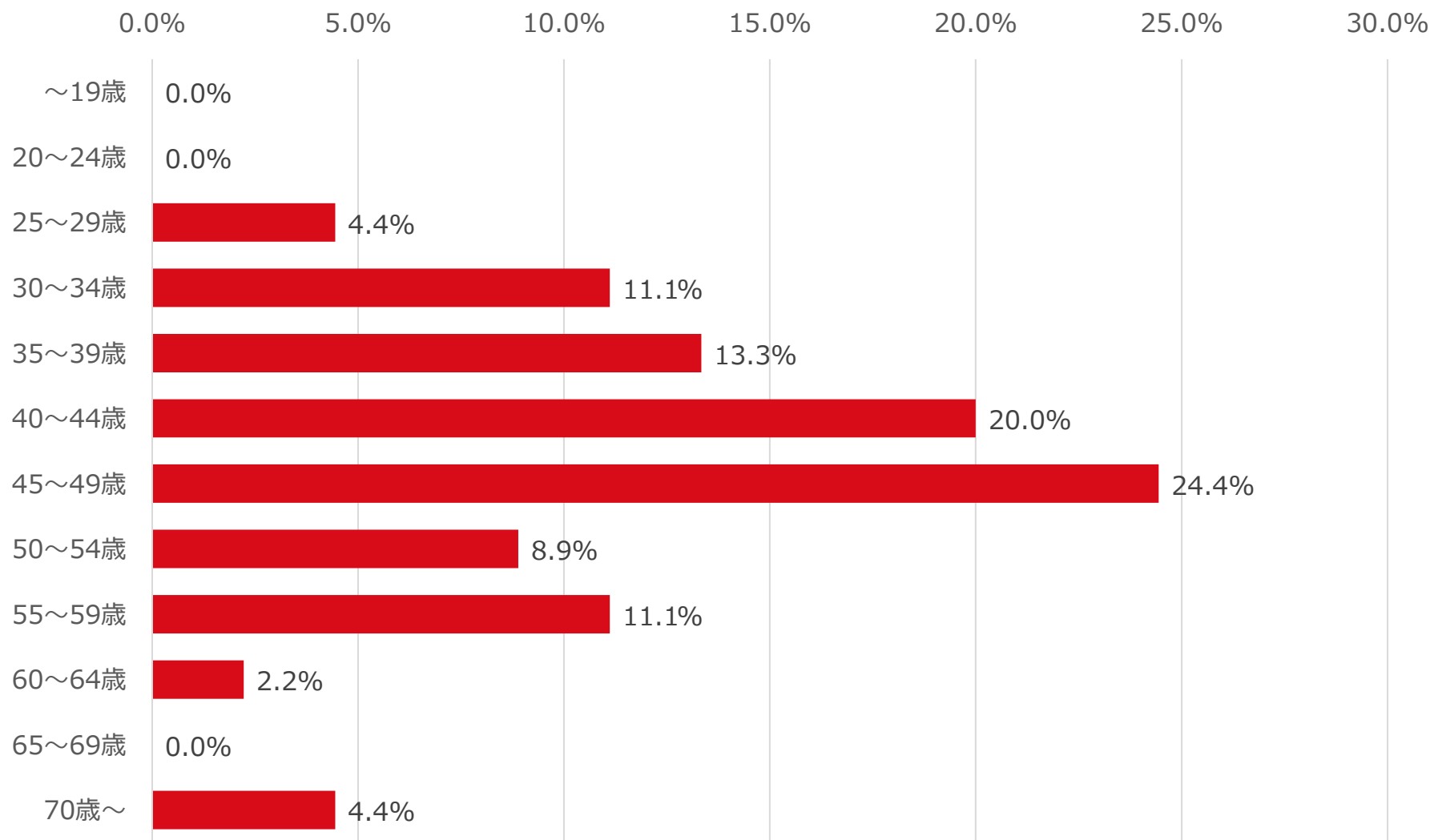
性別



(n=45)

【属性②】

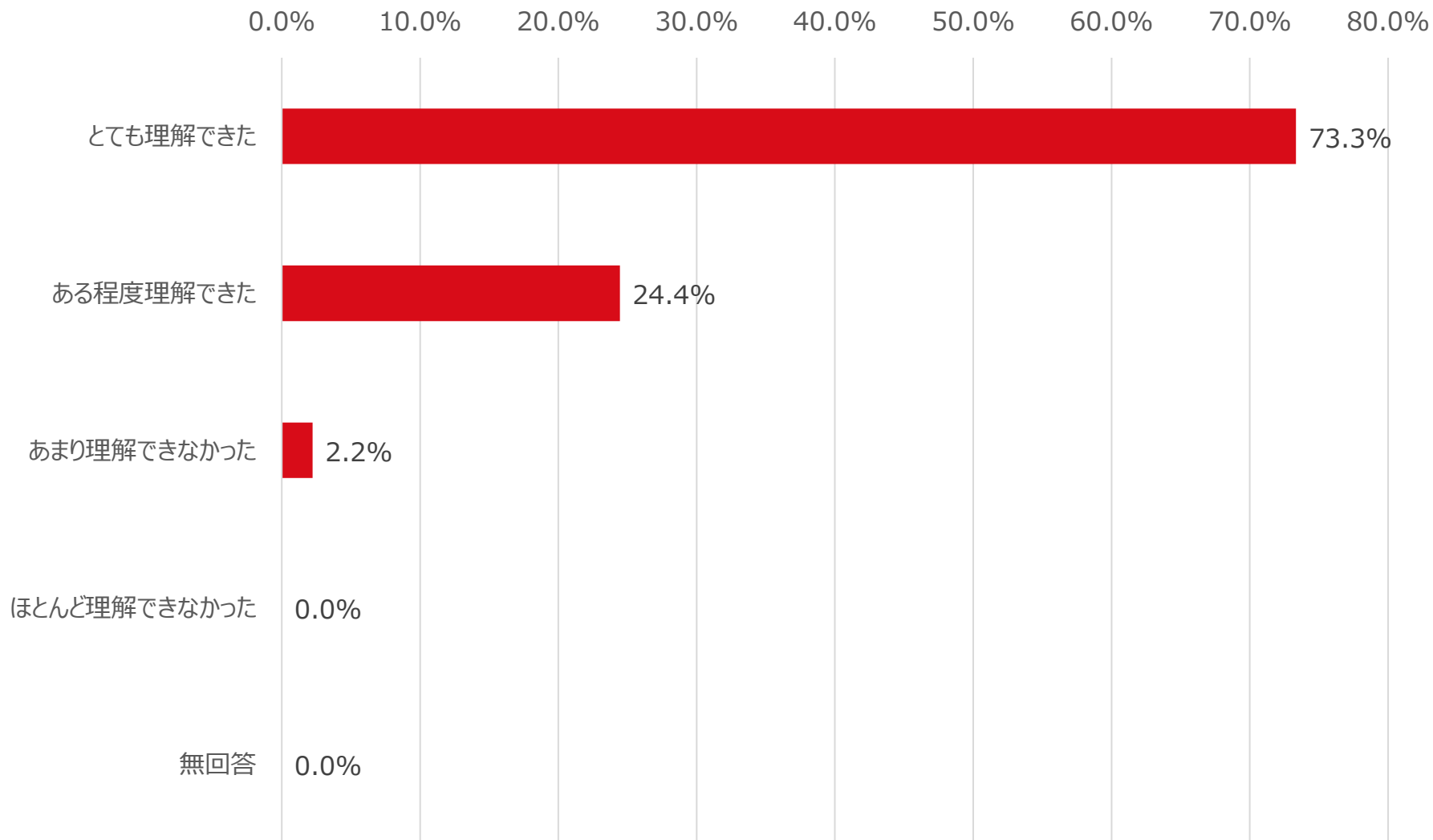
年代



(n=45)

Q.1

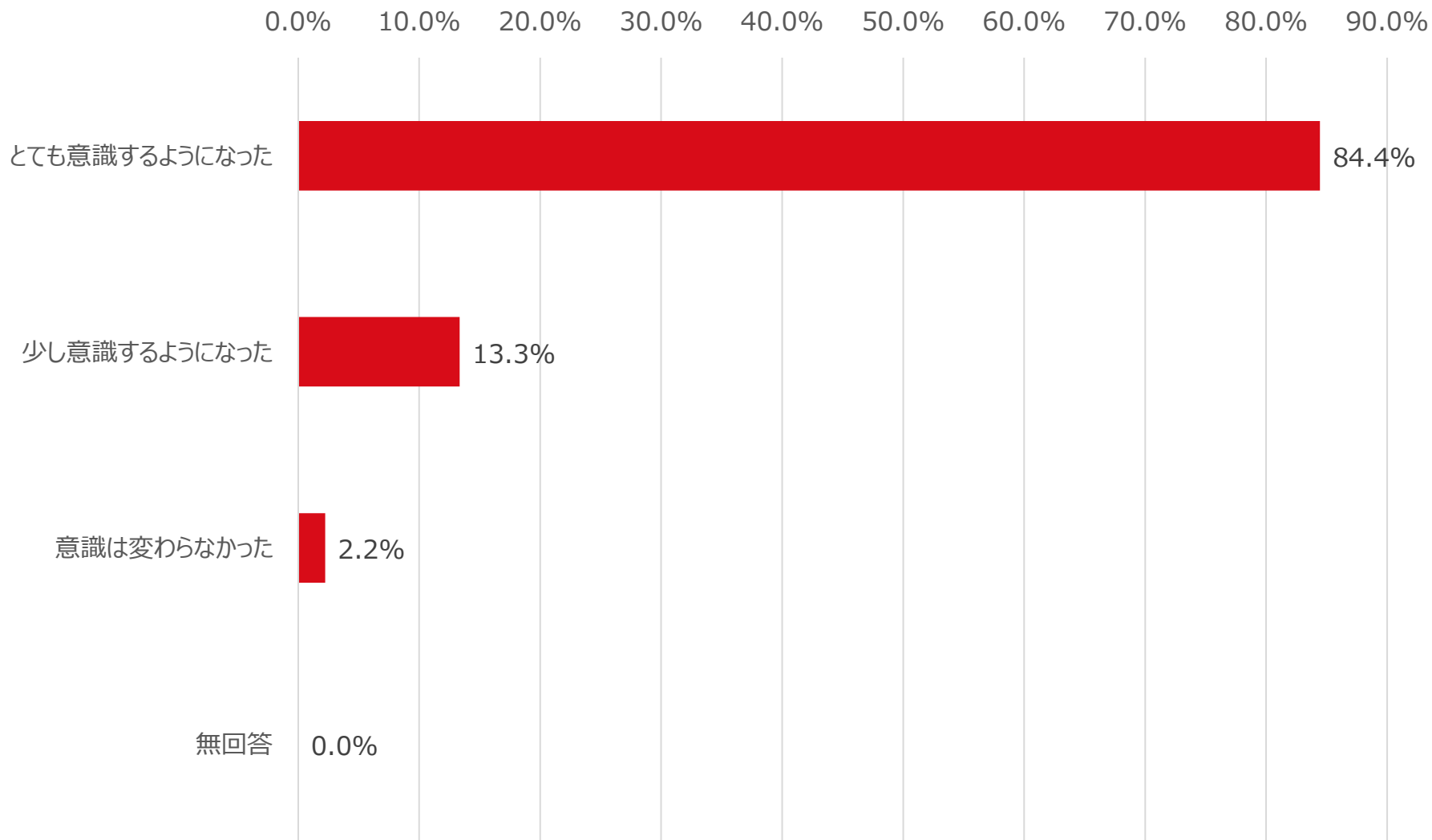
セルフチェックを実施して自分の身体の状態をどのくらい理解できましたか？



(n = 45)

Q.2

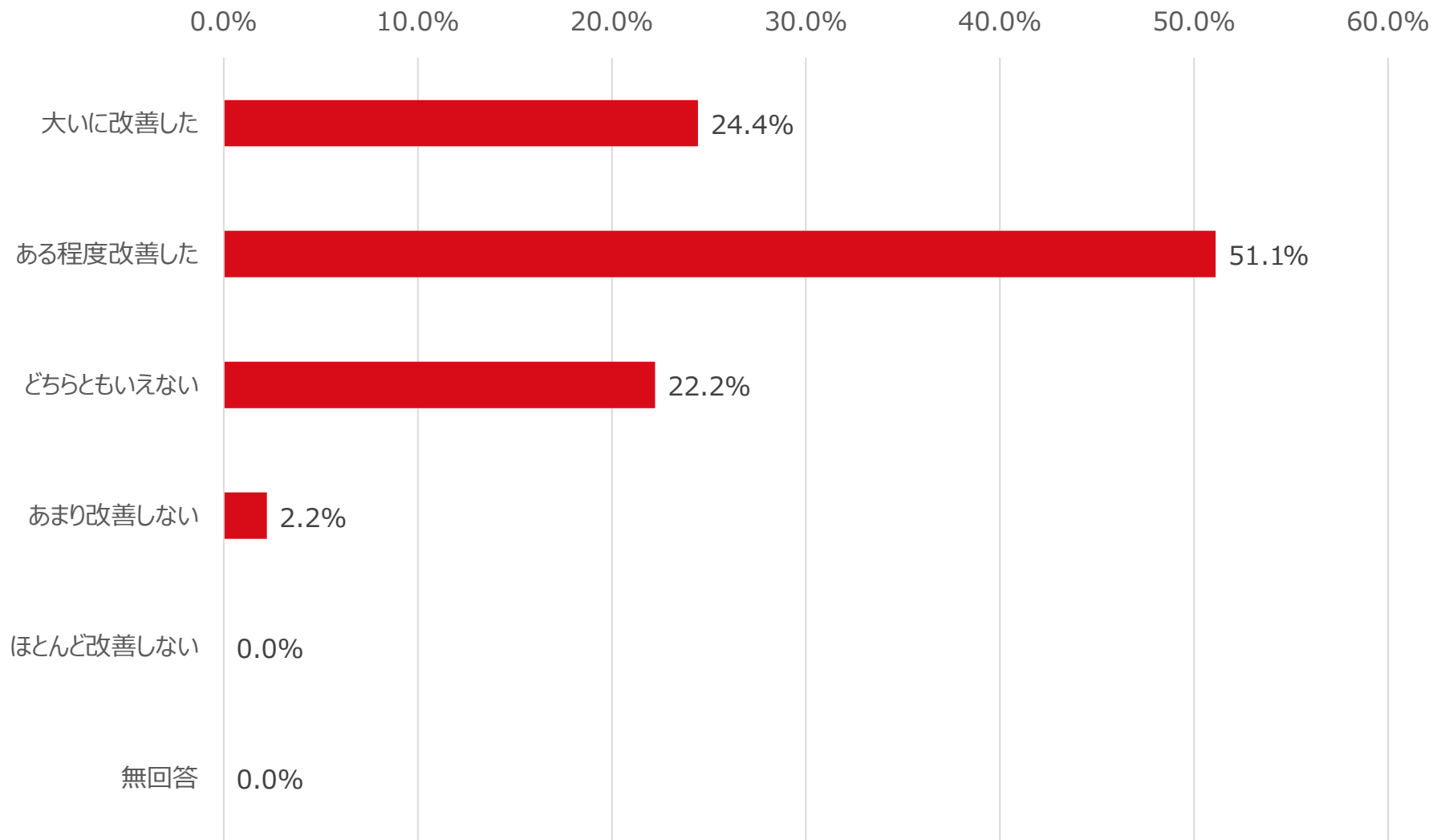
このセミナーに参加して、日々の姿勢や動きについて意識しようと思いましたか？



(n=45)

Q.3

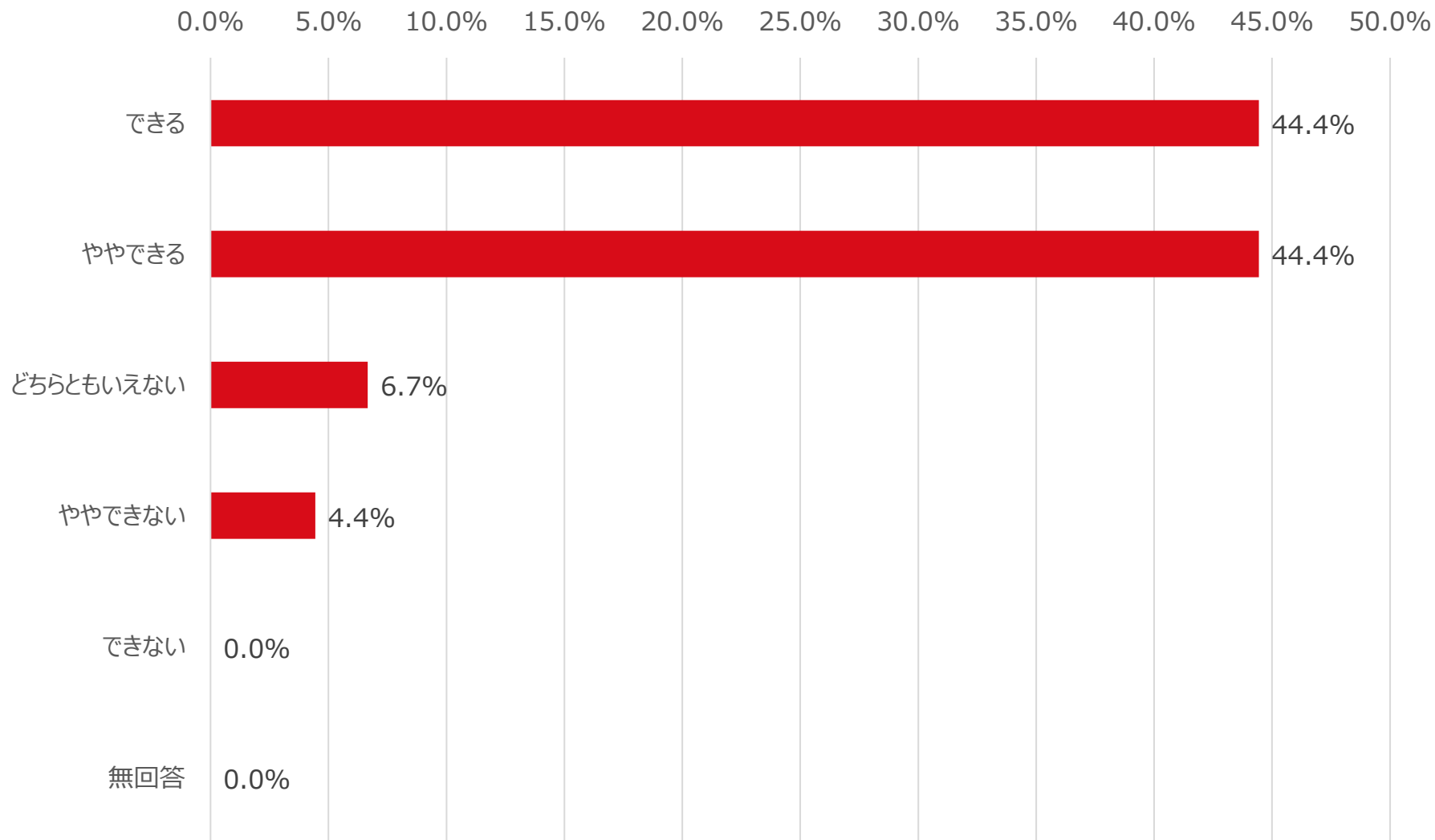
本日実施したセルフチェックとエクササイズを通して、身体の改善をどの程度感じましたか？



(n = 45)

Q.4

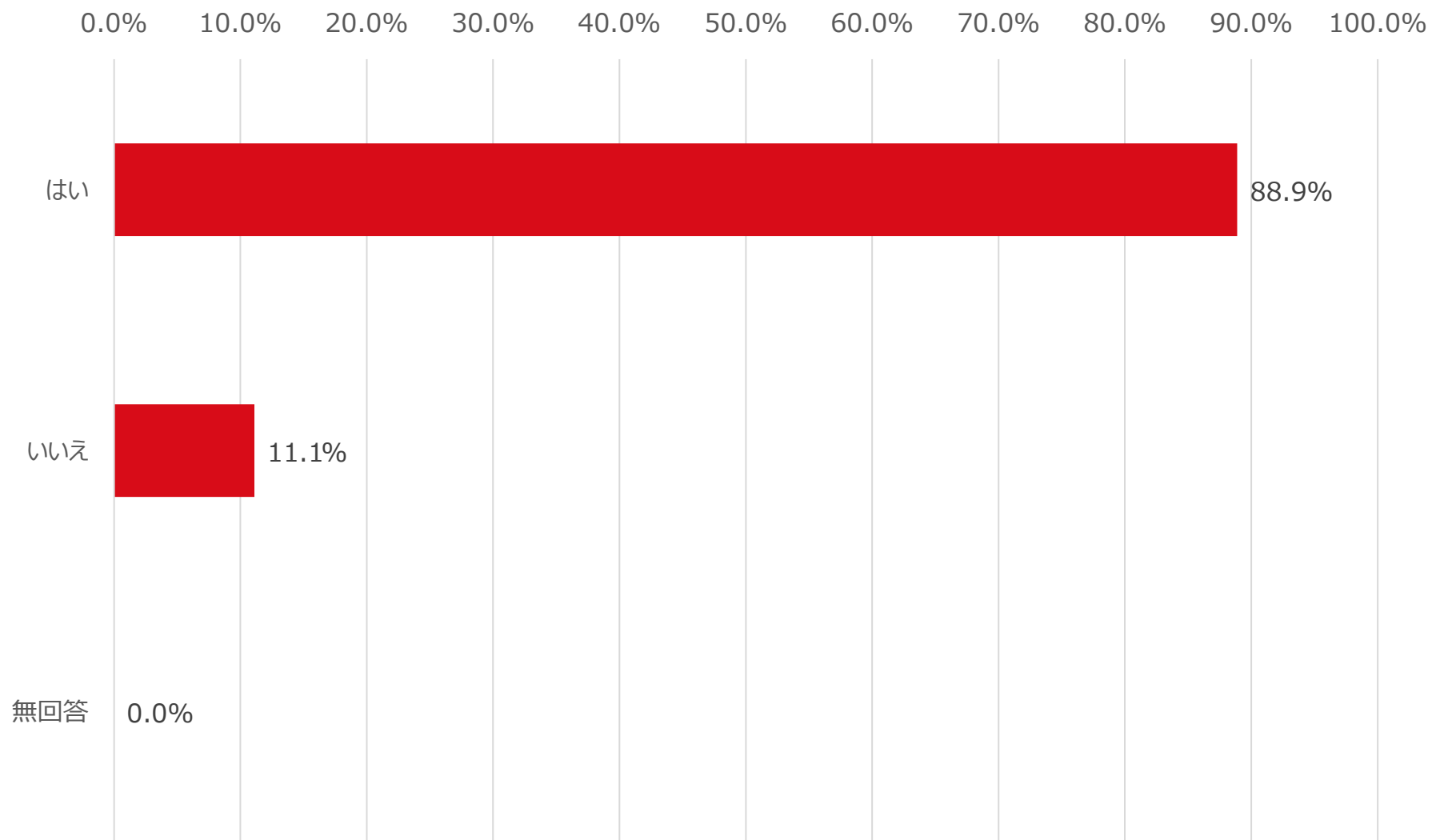
本日実施したエクササイズを今後、どの程度継続できそうですか？



(n=45)

Q.5

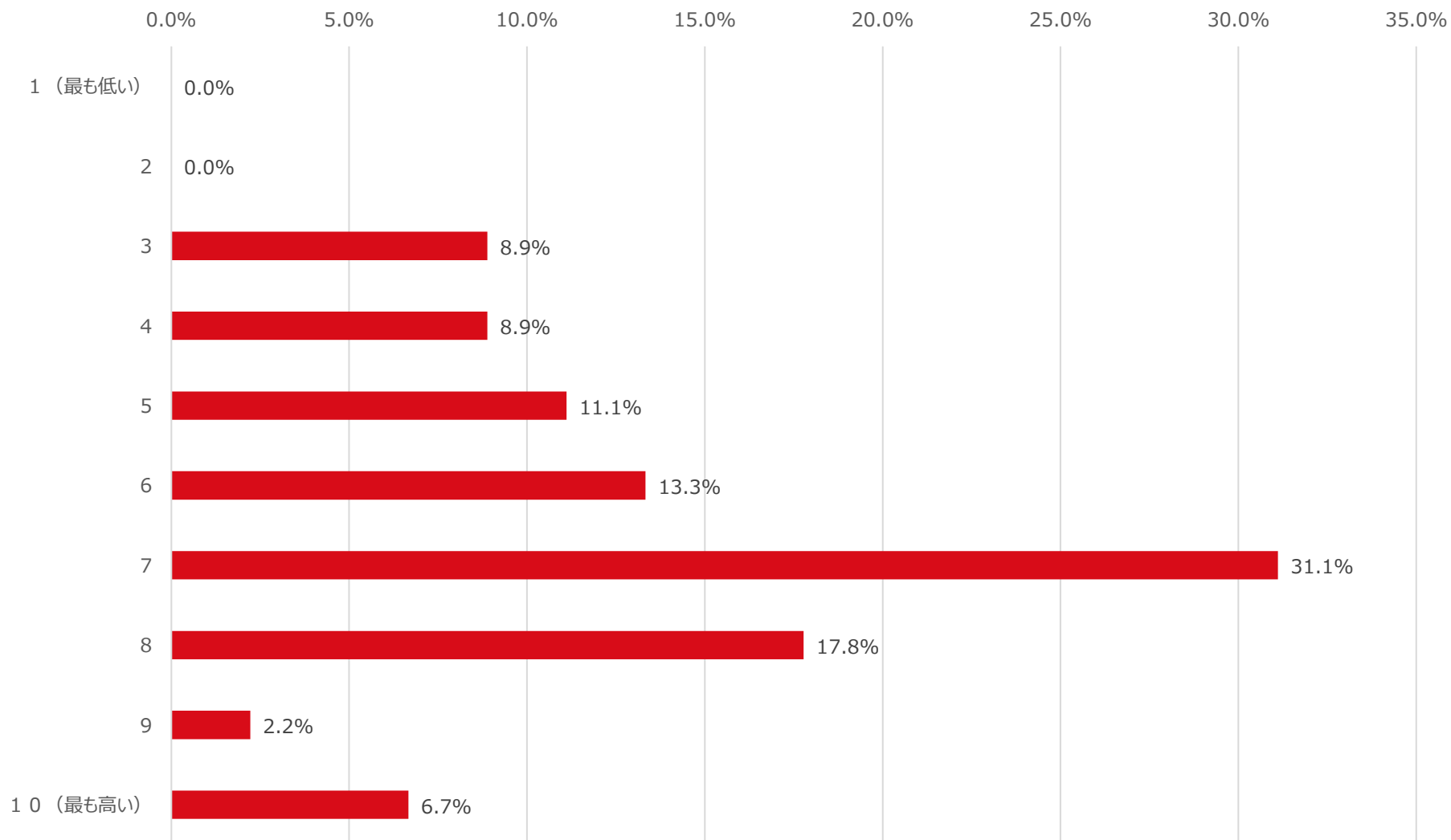
本日のエクササイズについて、専門的な指導を直接受けたいと思いますか？



(n = 45)

Q.6

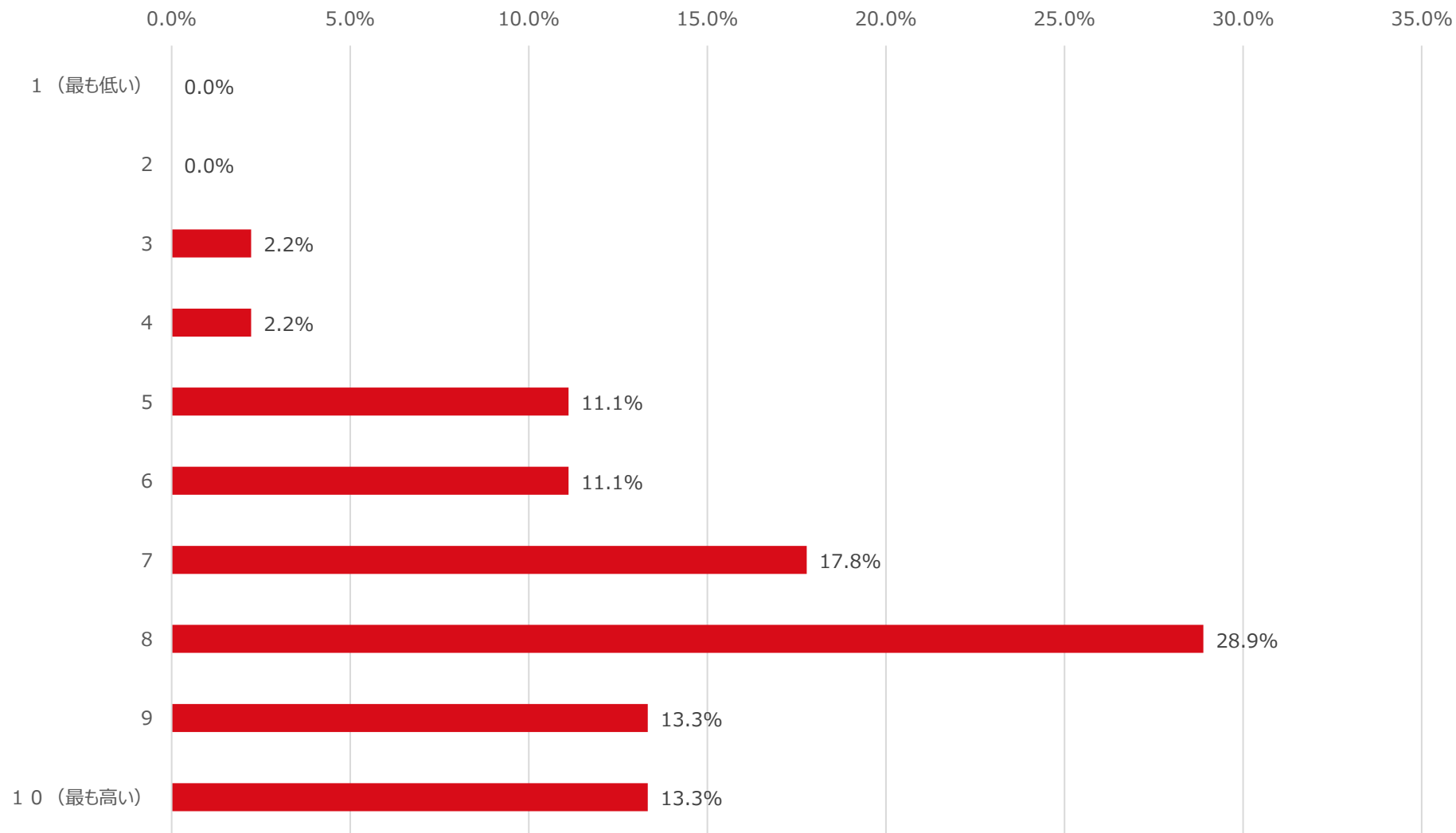
本日のセミナーを受講前の主観的な健康度合は1～10のうち、どれに当てはまりますか？



(n=45)

Q.7

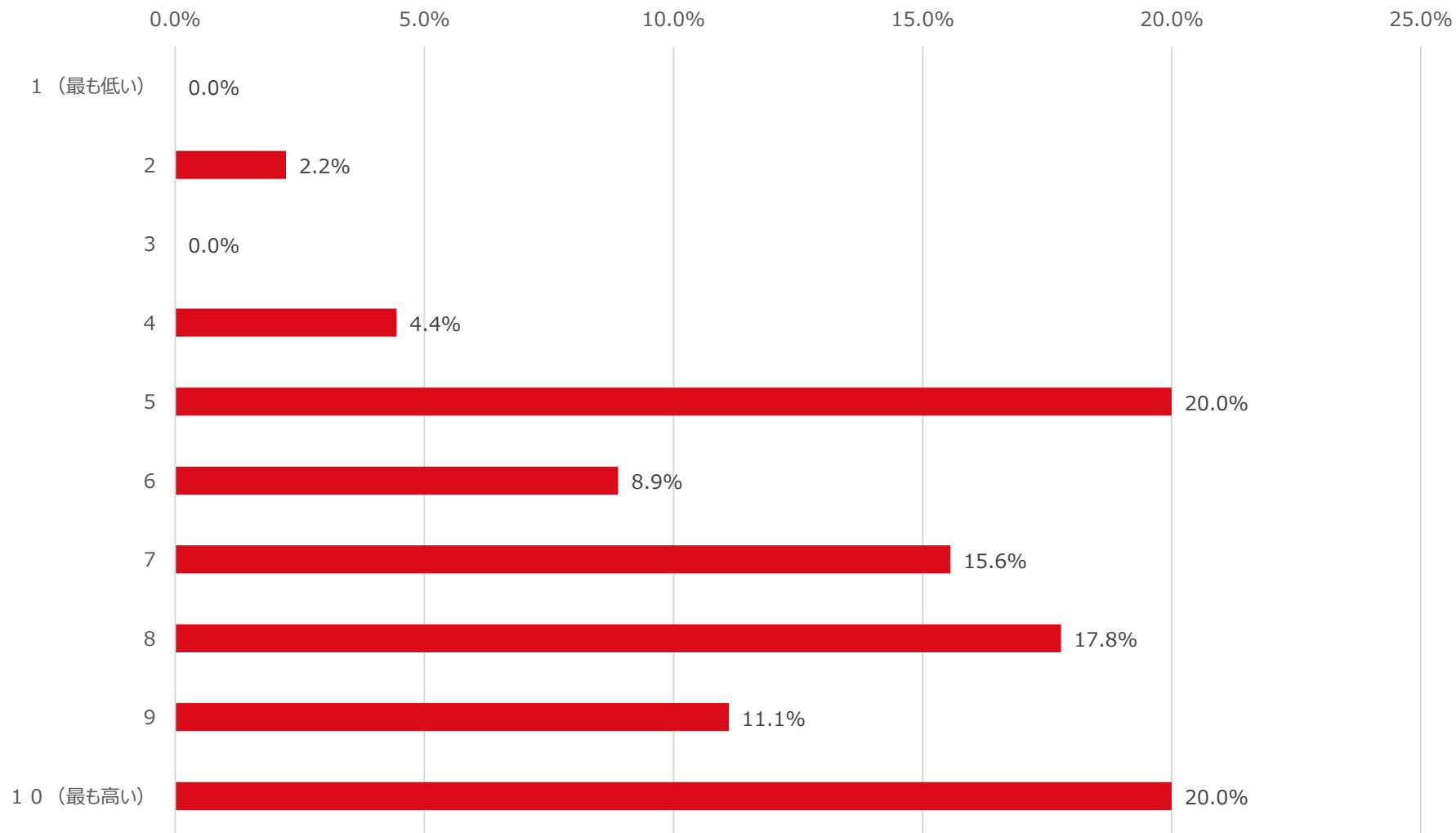
本日のセミナーを受講後の主観的な健康度合は1～10のうち、どれに当てはまりますか？



(n=45)

Q.8

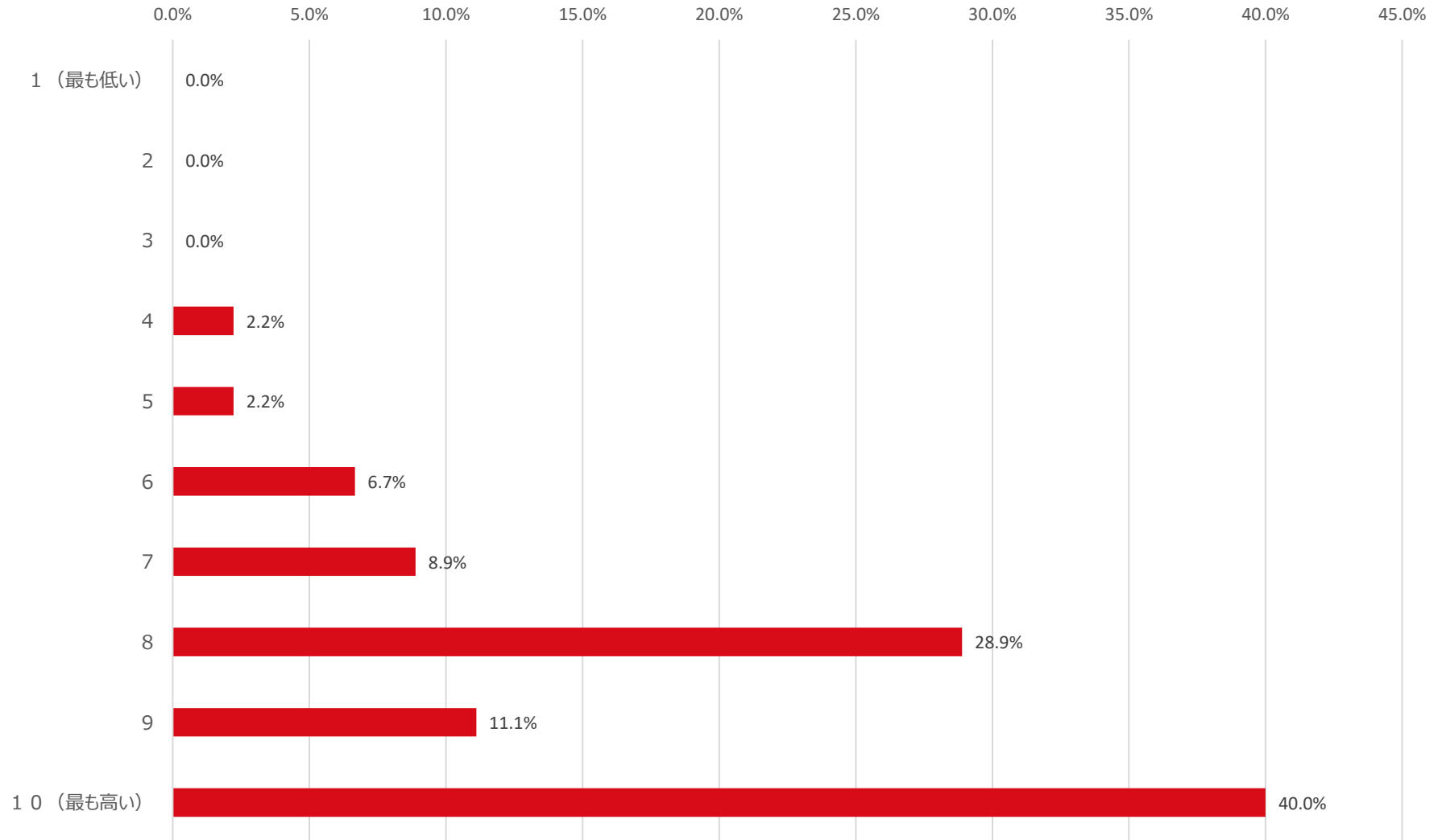
本日のセミナーを受講前の運動したい気持ちは1～10のうち、どれに当てはまりますか？



(n=45)

Q.9

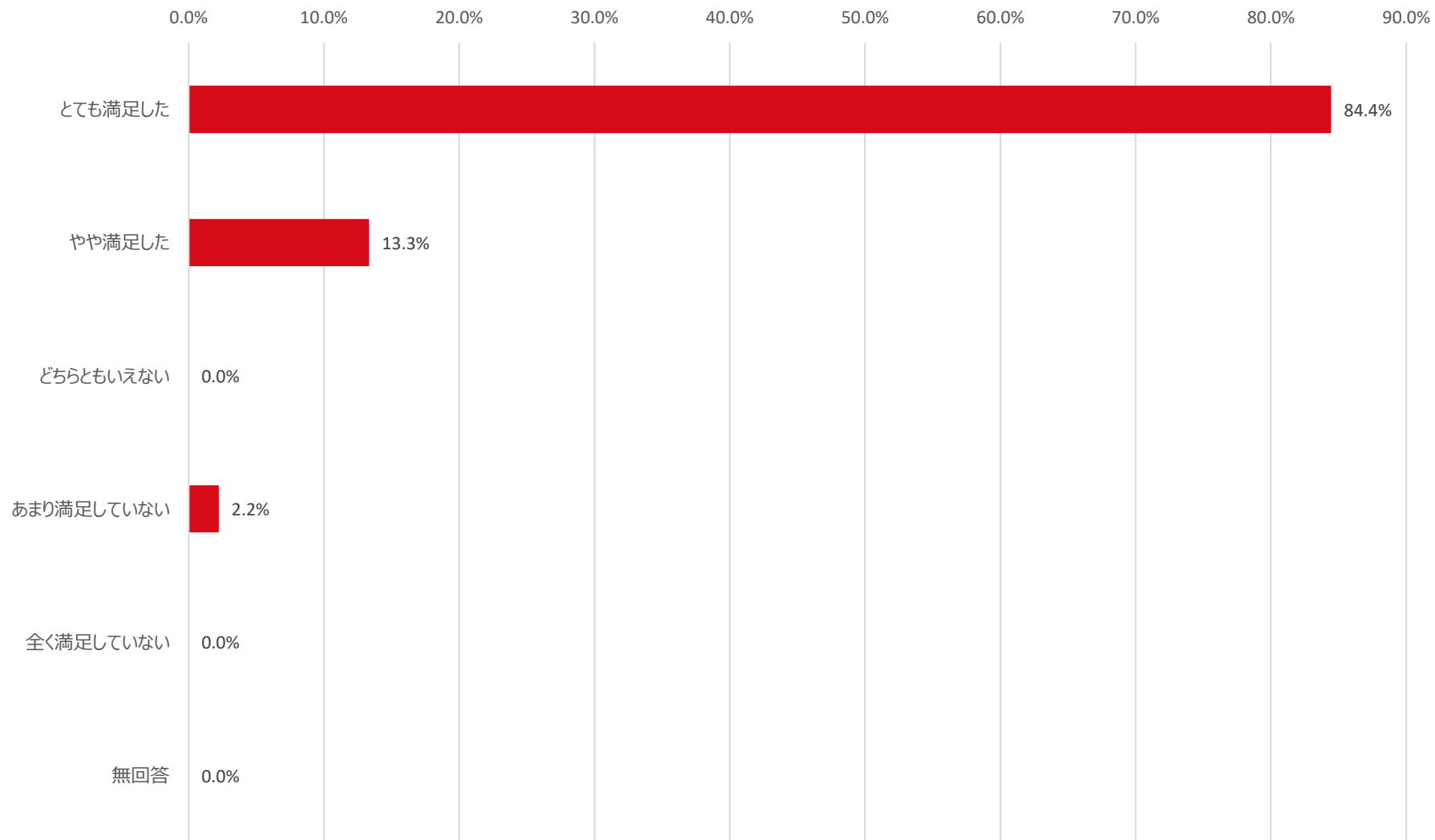
本日のセミナーを受講後の運動したい気持ちは1～10のうち、どれに当てはまりますか？



(n = 45)

Q.10

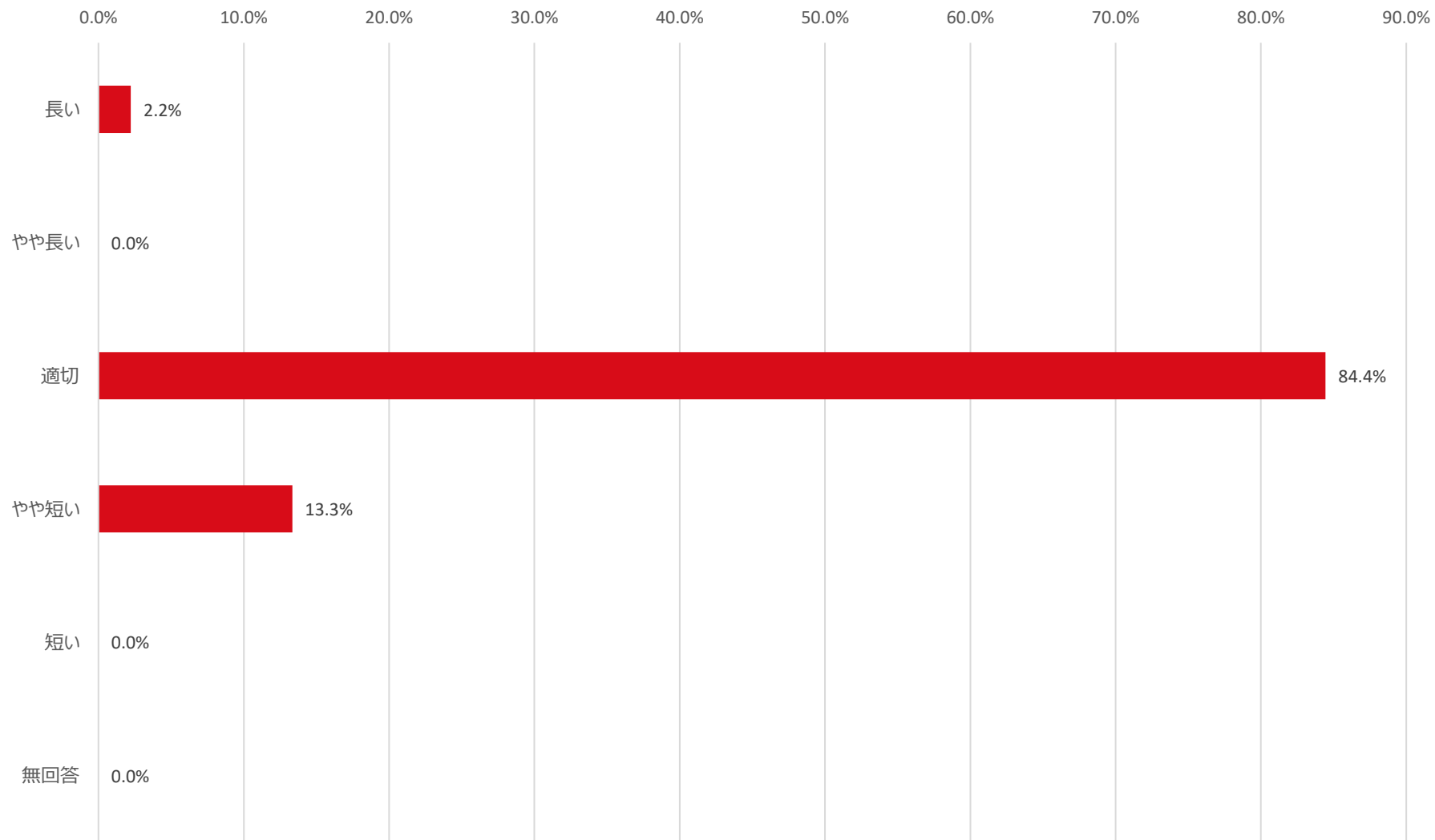
本日のセミナー満足度はどの程度でしたか？



(n = 45)

Q.11

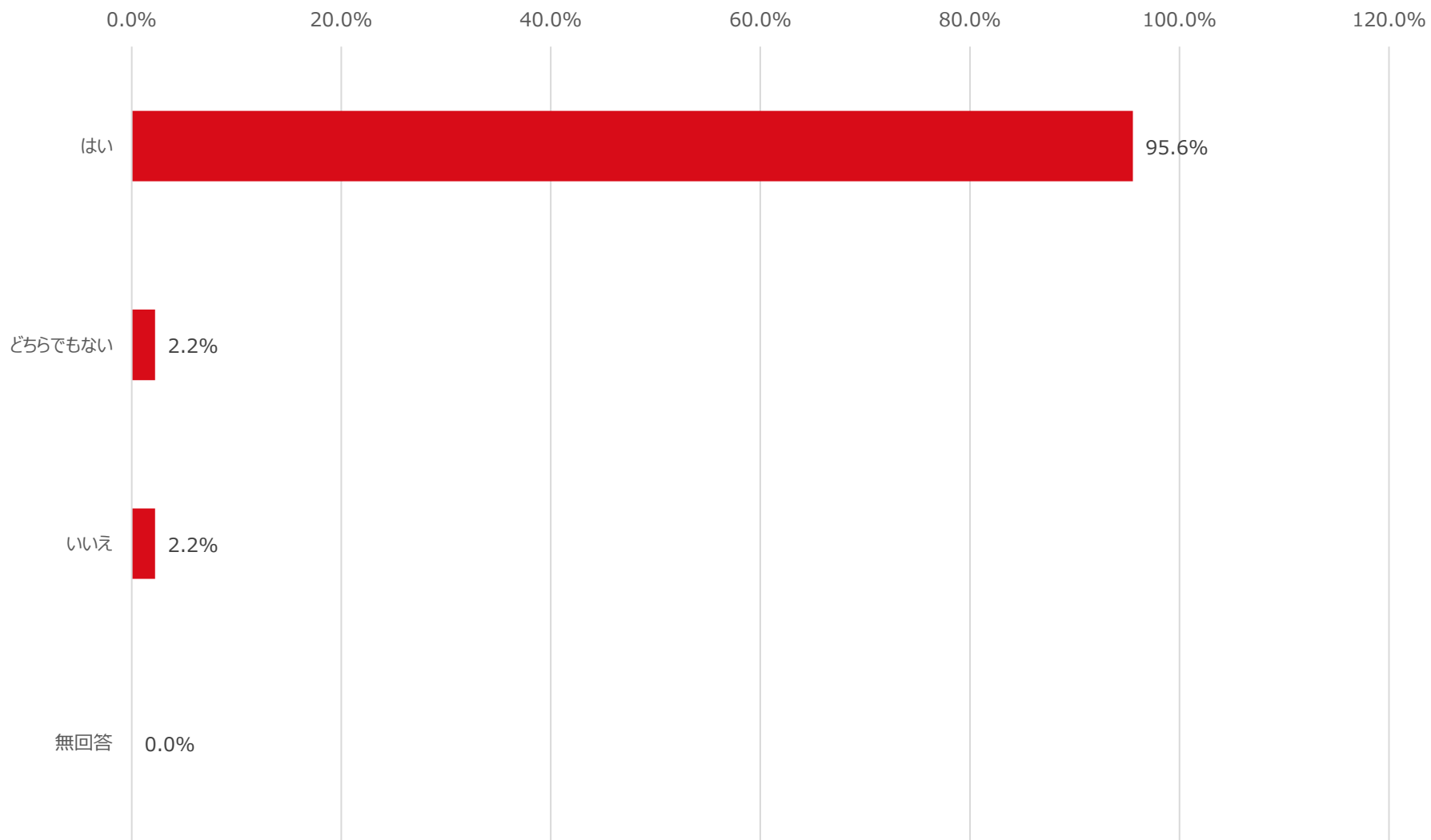
本日のセミナーの受講時間は妥当でしたか？



(n = 45)

Q.12

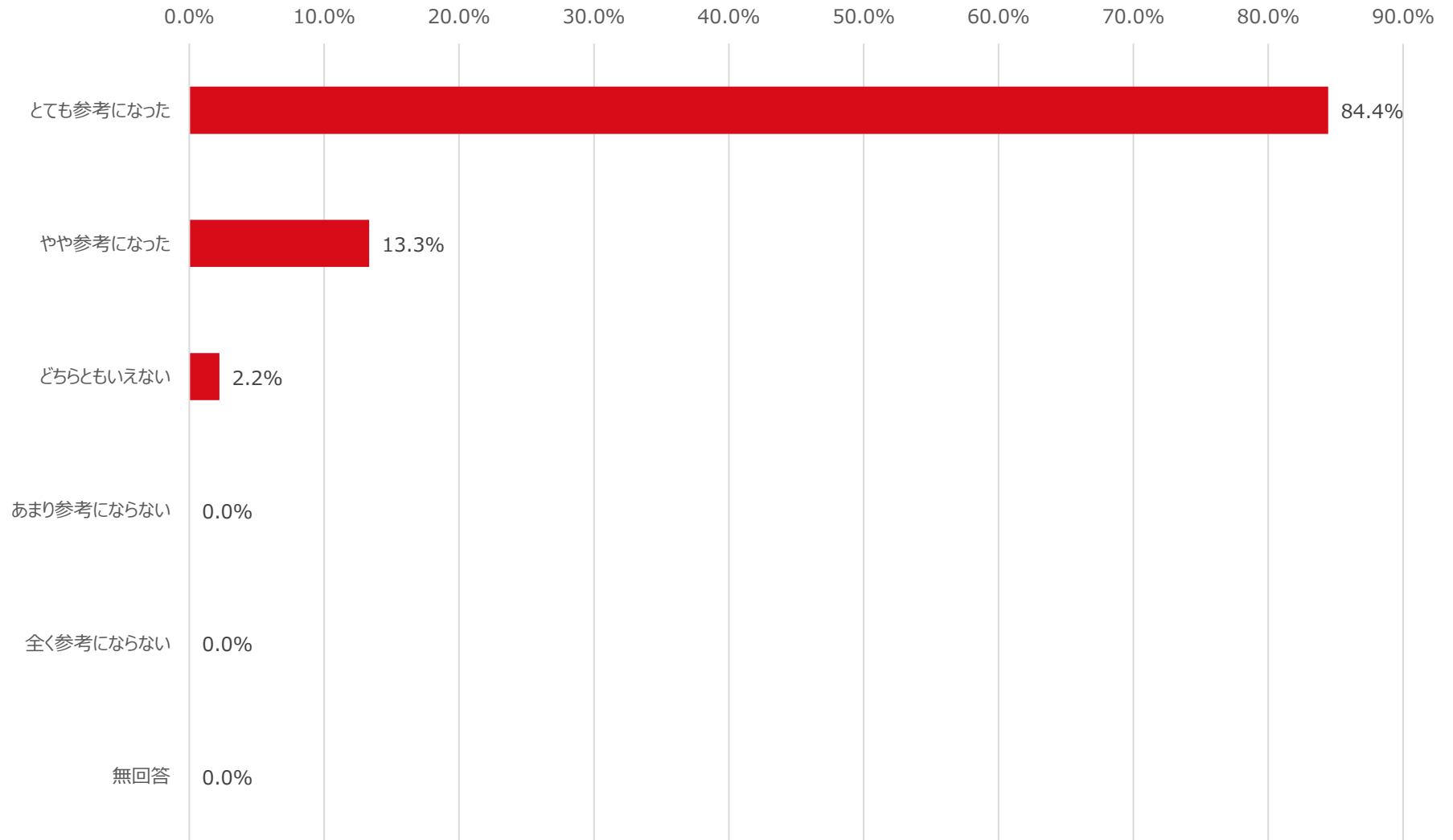
本日のセミナーの開催や受講内容について、知り合いに紹介したいと感じましたか？



(n=45)

Q.13

本日のセミナーはあなたにとってよりよいコンディショニングのためにどの程度参考になりましたか？



(n = 45)