

平成29年度事業

体力・運動能力測定 参加者募集！

～ 知ってみよう！自分の体力を！

同時開催 ニュースポーツスポーツ交流会 (ふらばーるボールバレー) 【参加費無料】

スポーツ庁では、国民の体力・運動能力の現状を明らかにするとともに、体育・スポーツの指導と行政上の基礎資料を得ることを目的に、毎年体力・運動能力測定を実施しています。

このたび、次のとおり体力・運動能力測定を開催しますので、自分の体力や運動能力がどれくらいあるのか、この機会に測定してみたいか、どうか。多くの方のご参加をお待ちしています。



と き : 平成29年6月18日(日)

実施時間： 9:00～11:00

受付時間： 8:30～9:30

と ころ： 関金漁業者等健康増進施設

対 象： 6歳～79歳までの倉吉市民あるいは市内事業所等に勤務の方

参 加 費： 無料

グループでも、お1人でも参加可能

事前申込： 不要、直接会場にお越しください

そ の 他： 体育館用シューズをご持参のうえ、運動のできる服装でお越しください。タオル等は各自でご準備ください。

測定項目:

・64歳以下

健康状態チェック、握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン、立ち幅とび

・65歳以上

健康状態チェック、握力、上体起こし、長座体前屈、片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行、日常生活活動テスト

問い合わせ先:

〒682-8611 倉吉市葵町722 倉吉市教育委員会事務局生涯学習課市民スポーツ係
Tel.22-8167/Fax.22-1638/E-mail taiiku@city.kurayoshi.lg.jp

主 催：倉吉市教育委員会 / 主 管：倉吉市スポーツ推進委員協議会