

あなたの体力年齢は・・・？

第3回

大人のための 体力測定会

参加
無料

9月29日(火) 19:00～21:00

※参加者の方は19時に集合となります

場 所 越前町朝日B&G海洋センター体育館

対 象 20歳～64歳の方 運動が得意な方は勿論、
苦手な方も気軽に参加OK

持ち物 運動ができる服装、室内用シューズ、飲み物

握 力

上体起こし

長座体前屈

反復横跳び

20m
シャトルラン

立ち幅跳び

○6項目すべてを測定すると「総合評価点」と「体力年齢」がわかります。

○主催側で傷害保険に加入します。

お申込み・お問い合わせ先

越前町スポーツ振興課

TEL:0778-34-8730 FAX:0778-34-2720

MAIL:sports@town.echizen.lg.jp

申込期限
9/24(木)

コチラからも申込できます！



主催:越前町スポーツ推進委員会 協力:越前町教育委員会