

体力年齢を
確かめて
みませんか？

体力テスト 参加者募集！

令和4年 **10**月**6**日(木)

18時30分受付 19時00分開始

会場：八代トヨオカ地建アリーナ 小アリーナ

募集人数

男女各50名程度

募集対象

市内在住、通勤、通学の
20～79歳の方

測定項目

【共通】 握力・上体起こし・長座体前屈
【20～64歳】 反復横とび・20mシャトルラン・立ち幅とび
【65～79歳】 開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行
※新型コロナウイルス感染症の感染状況により、変更になることがあります。
※データは八代市のスポーツ振興にも使わせていただきます。

持ち物

動きやすい服装、室内履き、マスク、タオル、飲み物等

申込方法

参加申込用紙に必要事項をご記入のうえ、八代市スポーツ推進委員協議会事務局（スポーツ振興課）へご持参いただくか、メール、郵送またはFAXにてお申し込みください。
※当日参加も募集していますが、事前に参加人数を把握するためご協力をお願いいたします。

申込締切

令和4年10月5日(水)