

体力測定

参加費
無料

大人の方はどなた
でも参加できます

「チャレンジフィジカルテスト」

開催日:6月28日(土)

◆おとなの体力測定

場 所 : 柳北スポーツプラザ 体育館

時 間 : 午前9時30分～午前12時ごろ

受付時間:9時15分～9時30分

対 象 : 台東区内在住か在勤・在学の20歳以上
先着100名

持ち物 : 運動が出来る服装・室内用運動靴・飲み物

その他 : 当日の健康状態チェックや日常生活テストの結果、参加できない種目があります。参加者の傷害保険は主催者側で加入します。

内 容 :

20歳～64歳: 反復横跳び、20Mシャトルラン、他5項目

65歳以上 : 開眼片足立ち、6分間歩行、他6項目

※体力測定後の外部講師による運動講座は実施しません。

◆お申込み方法

①インターネットの場合 ②電話で直接申込の場合

◎台東区HPから

◎下記窓口へ

◎右記2次元コードから

スポーツ振興課 : 03-5246-5853

(平日 午前9時～午後5時)



申込期間:令和7年5月23日(金) 午前9時～6月17日(火) 午後5時

(問い合わせ) 台東区教育委員会スポーツ振興課(生涯学習センター5階)

〒111-8621 台東区西浅草3-25-16 電話 03-5246-5853

主催:台東区教育委員会 主管:台東区スポーツ推進委員協議会