

台東区チャレンジフィジカルテスト

大人の体力測定

2026.11.8(日) 9:15-12:00

台東リバーサイドスポーツセンター 第二競技場(台東区今戸1-1-10)



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

お問合せ先：台東区教育委員会スポーツ振興課 (03-5246-5853) 平日9:00~17:00

台東区内在住か在勤・在学の20歳以上

先着100名 参加費無料

20～64歳：握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・立ち幅とび・20Mシャトルラン

65歳以上：握力・上体起こし・長座体前屈・開眼片足立ち・10M障害物歩行・6分間歩行

※当日の健康状態チェックやADL(日常生活活動テスト)の結果によって、参加できない種目あり。

申込期間：10月1日(木)から定員に達するまで

申込方法：インターネット、スポーツ振興課窓口、又は電話(03-5246-5853)

※持ち物、注意事項等の詳細は台東区ホームページをご覧ください。

申込みフォームはこちら

