

2022

ファミリースポーツテスト

みんなで楽しく体力偏差値をチェックしませんか？

自身の体力を知り、日々の健康づくりに役立てましょう！

☆と き **6月26日(日) AM9:30~12:00**

☆会 場 **総合グラウンド陸上競技場**

(雨天時：B & G体育館)

☆定 員 **50名程度(市内在住者)**

参加費無料♪
一人からでも参加
できるにゃ♪



すばやさ

【反復横とび】
【50M走】

ねばり強さ
(動きを持続する能力)

【上体おこし】
【20Mシャトルラン】

タイミングのよさ

【反復横とび】
【立ち幅とび】
【ボール投げ】

体の柔らかさ

【長座体前屈】

全8種目

力強さ

【握力】【上体おこし】
【50M走】【ボール投げ】
【立ち幅とび】

図引用：スポーツ庁 平成30年度全国体力・運動能力、運動習慣等調査報告書

～新潟食料農業大学陸上競技部が参加します！！～

新潟食料農業大学陸上競技部の皆さんと一緒に測定に参加されます。速く走るコツや遠くに跳ぶコツなどの普段なかなか聞くことのできない専門家からのアドバイスをもらえるチャンスです！

運動が苦手なお子さんや、教え方に困っている保護者の方など、この機会にぜひご参加してみたいかがでしょうか。

〈新潟食料農業大学陸上競技部からのコメント〉

「新潟食料農業大学の陸上競技部です。今回から測定に参加させていただきます。50m走を5-6秒台で走ることができる学生や、走幅跳を7m近く跳ぶことができる学生も参加します。

毎日トレーニングを実施しているので、その練習方法や走り方・跳び方のコツをお伝えすることができればと思っています。一緒に体力測定を楽しみましょう！」



新潟食料農業大学
Niigata Agro-Food University



主催：胎内市教育委員会生涯学習課スポーツ振興係 (TEL 0254-47-3408)

<申込方法等>

参加申込書に必要事項を記入いただき「スポーツ振興係」もしくは「ぶれすぽ胎内」までお持ちください。

お申し込み
締め切り日

6月20日(月)まで

参加費

無 料

持ち物

飲み物 上履き (雨天時) など

問合せ先

〒959-2807 胎内市黒川1410 黒川庁舎内
胎内市生涯学習課スポーツ振興係 担当：田中

☎TEL 47-3408

その他

下記の情報をもとに保険に加入します。

測定結果は、スポーツ庁「体力・運動能力調査実施要項」に基づき、県の体力・運動能力調査のサンプルとして提出します。



き り と り

ファミリースポーツテスト 参加申込書

代表者 (大人) 氏名	① (代表)	フリガナ			
		性別		生年月日	年 月 日
連絡先 住 所	〒	-	胎内市		
連絡先 電話番号					
ご家族 氏名	①	フリガナ			
		性別		生年月日	年 月 日
	②	フリガナ			
		性別		生年月日	年 月 日
	③	フリガナ			
		性別		生年月日	年 月 日
	④	フリガナ			
		性別		生年月日	年 月 日