

2023

ファミリースポーツテスト

みんなで楽しくカジュアルに！体力テストしませんか？
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24日(土) AM9:30~12:00**

☆会場 **総合グラウンド陸上競技場
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♪



胎内市観光大使

やらにゃん(10)



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】



全8種目

体の柔らかさ

【長座体前屈】



力強さ

【上体おこし】
【握力】【立ち幅とび】
【50M走】【ボール投げ】



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

～今年も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が昨年度と同様一緒に測定に参加されます。速く走るコツや、いっぱい飛ぶコツなど普段聞けないアドバイスを選手達からもらえるチャンスです！

 **新潟食料農業大学**
Niigata Agro-Food University



<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「ぷれすぽ胎内」までお持ちください。

お申し込み
締め切り日

6月16日(金)まで

たくさんのご参加
待ってるにゃ～



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：小田 ☎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