

新体力テストを開催します！

度会郡スポーツ協会では、全国共通の新体力テストを行います。
体力テストを受ける事で、現在の体力・運動能力がどのくらいあるのかが確認できるとともに、年齢に応じた5段階の評価や体力年齢も判定できます。
どなたでも気軽に参加していただけますのでこの機会に是非お申込みください。

◎と き 令和6年8月25日（日） 10：00～ 65歳から79歳の方
13：00～ 20歳から64歳の方
※予備日：9月1日（日）・・・台風等により延期になった場合、参加者へ連絡します

◎ところ 田丸小学校体育館（玉城町佐田1247番地）

◎内 容 **65歳から79歳の方**

10:00～ 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

20歳から64歳の方

13:00～ 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、
20mシャトルラン、立ち幅跳び



◎参加費 **無料**

◎その他 運動しやすい服装で、体育館シューズ（無ければ素足可）をご用意ください。
また、事故等について、応急処置のほか一切責任を負いませんのでご注意ください。

◎申込先 **8月16日（金）**までに下記申込書を度会郡内の教育委員会事務局へご提出ください。
（大紀町・玉城町・南伊勢町・度会町）

◎問合せ 玉城町教育委員会 TEL 0596-58-8212 FAX 0596-58-7588

主催：度会郡スポーツ協会、玉城町スポーツ推進委員協議会

キ リ ト リ

令和6年度 新体力テスト参加申込書

(フリガナ) 名 前	性別	生年月日	年齢 (R6.4.1時点)	住所	電話番号
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	昭和 平成			
	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	昭和 平成			

※ **8月16日（金）**までに度会郡内の教育委員会事務局へご提出ください。
（大紀町・玉城町・南伊勢町・度会町）