

令和7年度 体力・運動能力調査

【参加者募集】



主 催 仙北市スポーツ振興課
仙北市スポーツ推進委員会

体力・運動能力調査を実施します。
健康維持のために自分の体力・運動能力調査をしてみませんか？
是非ご参加ください！

開催内容

期 日	7月16日(水)	7月25日(金)
場 所	角館交流センター	生保内市民体育館
時 間	10:00~12:00 13:00~15:00	10:00~12:00 13:00~15:00
内 容	開催時間内いつ来ても参加できます。 体力・運動能力調査項目 20歳~64歳 ・握力 ・上体起こし ・長座体前屈 ・反復横跳び ・立ち幅とび ・急歩か20mシャトルラン(選択) 65歳~79歳 ・日常生活活動テスト ・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	
参加料	無料	
服装・持ち物	スポーツが出来る服装・内履き(ズック)・タオル・水分補給に必要な飲料水等を各自持参してください。	
対象者	令和7年4月1日現在、満20歳以上の方	
定 員	各会場 約40人	
申込方法	仙北市スポーツ振興課まで電話等でお申込みください。 各市民センター・出張所・公民館で申し込みの場合は、備付けの申込用紙でお申し込みください。	
問い合わせ先	スポーツ振興課 TEL:43-3390 FAX:54-4102 担当 藤原	
申込締切	令和7年7月11日(金)※当日受付も可能です。	

【連絡事項】

- ・事故については、応急処置のみの対応とさせていただきます。
- ・個人情報には調査だけに使用し、それ以外には使用しません。

