

平成 30 年度「紫波町民体力テスト」開催要項

- 1 趣 旨 自身の体力や体力年齢を知ること、健康向上の意識を涵養し運動習慣の定着を図ることで、健康の維持増進を促進し健康寿命の延伸を目指す。
- 2 主 催 紫波町教育委員会、一般財団法人紫波町体育協会
- 3 期 日 平成 30 年 10 月 28 日(日) 9:30~11:30  
 9:15~9:25 受付  
 9:30~9:45 測定方法説明  
 9:50~11:20 測定  
 11:30~11:45 評価
- 4 会 場 紫波町総合体育館 大アリーナ  
 〒028-3307 紫波町桜町字下川原 100
- 5 実施種目 (1)20 歳~64 歳 ①握力②上体起こし③長座体前屈④反復横跳び⑤急歩  
 ⑥立ち幅跳び  
 (2)65 歳~79 歳 ①握力②上体起こし③長座体前屈④開眼片足立ち  
 ⑤10m障害物歩行⑥6分間歩行
- 6 参加資格 実施種目に耐えられる体力がある 20 歳から 79 歳までの紫波町民男女
- 7 参加料 無料
- 8 申込締切 10 月 22 日(月)
- 9 申込方法 下記問い合わせ先に申込書を持参、郵送、ファクシミリにより申し込みください。
- 10 問合せ先 紫波町体育協会(紫波町総合体育館内)  
 電話 676-2650
- 11 その他 (1)実施の際は動きやすい服装で参加し、必ず内履きを持参してください。  
 (2)テスト実施に伴い起こった傷害事故について、応急処置を行うほか加入する保険で対応するのものとします。  
 (3)申込に伴い知り得た個人の情報は、紫波町体育協会の規程により慎重に取扱います。また、今後開催するイベントの通知に使用する場合があります。  
 (4)テスト実施中に写真撮影をする場合があります。また、肖像権は紫波町体育協会に帰属し、広報活動に使用する場合があります。

き り と り

平成 30 年度「紫波町民体力テスト」参加申込書

ふりがな 氏 名	年 齢	性 別	男・女
		歳	
住 所	電話番号		
現在の健康状態について、不安なことなどがあれば記入してください。			