



【体力測定会】

★「元気・健康ポイント事業」

◆今の体力がどれほどあるのか？
今までトレーニングやスポーツをしてきた
成果を見てみましょう！！



開催日時：**9月6日（水）10:00～14:00**

会場：**駒林体育館**

参加費：**無料！**

定員：なし ※参加者多数の場合には、お待ち頂くことや
測定に時間がかかることがあります。
予めご了承ください。



申込方法：当日申込制

駒林体育館受付までお越しください。

【測定項目】筋力・柔軟性・平衡性・筋持久力・全身持久力

【測定方法】握力・長座体前屈・開眼片足立ち・

上体起こし・急歩・6分間歩

※駐車場が狭いため、徒歩や自転車等でお越しください。
ご理解・ご協力をお願いいたします。



ふじみ野市有料運動公園 QRコード

【お問い合わせ先】

駒林体育館 ☎049-269-2985

主催者：指定管理者アイル・オーエンスグループ

