

参加無料
(申込不要)

令和8年度

「体力・運動能力調査」

砺波市測定会



日付

令和8年9月20日(日)

時間

9:00～11:30
(受付9:00～9:30)

場所

砺波体育センター

服装

運動しやすい服装

持ち物

タオル、着替え、飲料水
室内用シューズなど

体力・運動能力調査について

- 対象 ・20～79歳（令和8年4月1日現在）の市内
在住者で今の体力年齢に興味をお持ちの方
・測定をする上で深刻な疾患や持病のない方

測定種目 [20～64歳]

握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、
立ち幅跳び、20mシャトルラン

[65～79歳]

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

- その他 ・主催者側にて保険加入の手続きを行います。
・計測中に発生した傷病については応急手当を
いたします。

問い合わせ先

砺波市教育委員会 生涯学習・スポーツ課
〒939-1398 砺波市栄町7番3号
TEL 0763-33-1613
FAX 0763-33-1157



参加特典

明治安田生命

- ・ベジチェック
- ・AGEs老廃物チェック
- ・血管年齢測定

