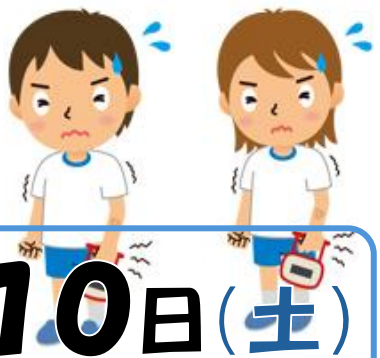
ファミリー健康体力向上事業

3世代交流で行う体力測定会

まなびの杜パスポート



日時 10月10日（土）

受付 13時00分
測定 13時30分～16時00分

場所
北杜市白州体育館

対象
市内在住・在勤・在学
6歳～79歳

参加費
無料

持ち物 運動着・タオル・飲み物・体育館履

実施種目

6～64歳実施種目

- 握力
- 長座体前屈
- 反復横とび
- 立ち幅とび
- 上体起こし
- 急歩
- 20mシャトルラン

65～79歳実施種目

- 握力
- 長座体前屈
- 10m障害物歩行
- 上体起こし
- 開眼片足立ち
- 6分間歩行

ご不明な点は、北杜市役所生涯学習課までお問い合わせください。

※本チラシへ必要事項を記入し、9月1日(月)～25日(金)までに生涯学習課へ郵送・FAXにてお申込みください。
電話・メール・QRコードからのお申込みも可能です。
※当日はテレビの取材が入ります。映像に映りたくない方は受付時お申し出ください。

QRコードはこちら！

主　催：北杜市スポーツ推進委員協議会
問合先：北杜市スポーツ推進委員協議会事務局
北杜市教育委員会生涯学習課
〒408－0188
北杜市須玉町大豆生田961－1
TEL 0551－42－1373　FAX 0551－42－1124
メール shougaig@city.hokuto.yamanashi.jp

ご不明な点は、北杜市役所生涯学習課までお問い合わせください。

氏名	性別	年齢	住所	TEL
山田　太郎	男	21	408-0188 北杜市須玉町大豆生田961－1	42-1373

家族と、仲間と、友達と、
一人でも参加できます！