

スポーツりくべつ

町民体力測定会

～一年に一度、自分の体力をチェックしませんか？～

●開催日 令和元年11月25日（月）

実施時間	対象	主な測定内容
19:00 ～21:00	町内在住で20才～64才の方 ※未成年者は保護者同伴の場合参加できますが、総合得点は算出されません。	★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

●場所 陸別中学校体育館

●参加料 無料

※スポーツ安全保険未加入者は事前に入的手続きをお願いします。

中学生以下800円、高校生以上1,850円

●持ち物 運動できる服装・室内用運動靴・タオル・お茶など

※陸別百恋水を配布いたします。

〈〈申込について〉〉

① 申込期限 令和元年11月15日（金）まで

② 問合せ先 陸別町教育委員会 社会体育担当（TEL27-2123）

③ 申込方法 教育委員会へ電話、または中学校体育館に備え付けの申込用紙に必要事項を記入願います。