

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 平成29年10月9日（月・祝）

実施時間	対象	主な測定内容
9:30～ 12:00	町内在住の20～64歳 ※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加入手続きをお願いします。
補償期間は加入手続き日の翌日午前0時から平成30年3月31日午後12時まで対象となります。
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
当日は参加者1人に1本陸別百恋水と第50回町民スポーツレク大会タオルを配布いたします。

〈〈申込について〉〉

①申込期限 平成29年10月2日まで

②申込先 陸別町教育委員会 社会体育担当 (TEL 27-2123)

③申込方法 お電話で受付をしています。