

オリンピックに負けるな!
開成新体力テスト



令和3年度新体力テストの実施について

1. 目的 佐賀県スポーツ課から令和3年度新体力テストの実施について依頼があり、開成体協でも多人数を募集し体力増強に寄与するものです。
2. 主催 開成校区体育協会
3. 日時 令和3年9月19日(日)
受付：8時30分、開会式：8時40分、開始：9時00分
4. 場所 開成小学校体育館
5. 募集人員 30名程度(定員になり次第締切らせて頂きます。早めに申込み下さい。)
6. 実施項目

【20歳～64歳】：15名募集

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

【65歳～79歳】：15名募集

- ・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

7. その他
 - (1) 新型コロナウイルス感染症対策を十分に施して実施します。
 - (2) お茶・参加賞は体協で準備します。
 - (3) 体育館シューズ・タオル等は、各自準備して下さい。
 - (4) 参加申込は、9月9日(木)までに開成公民館へ提出または電話、FAX願います。(TEL/FAX 33-9581)
 - (5) 悪天候等による中止の際は、「開成 つながるさがし」にてご案内いたします。また、参加申込書もダウンロードできます。



きりとり

新体力テスト 参加申込書

申込み締切り日 9月9日(木)

番号	氏名	年齢	住所	電話番号
1				
2				
3				
4				
5				