

集まれ神戸っ子！スポーツチャレンジ

子どもの 体力測定会



新体力テストで自分を知らう！

今の自分自身の状態を把握してみませんか？
新体力テストをもとに、結果を数値化！
筋力／持久力／跳躍力・・・
みんなはどれくらいあるだろうか。

自分を知って、これからの活動に役立てよう！

測定内容／イベント案内

- ・握力
- ・上体お越し
- ・長座体前屈
- ・反復横跳び
- ・立ち幅跳び
- ・20mシャトルラン



日 程：11月3日(月・祝)

- ・対 象：小学生 50名
- ・時 間：9：30～11：00
- ・場 所：磯上体育館 競技場（2階）
- ・参加費：無料

10月8日～受付開始（先着順）

申し込みは、☎または施設窓口で！



神戸市立磯上体育館

〒651-0085

神戸市中央区八幡通2-1-38

(☎) 078-251-6622

休館日：偶数月の第1火曜日

