

体力テスト開催のご案内

☆健康である為には、自身の体力年齢を知る事が重要です。

☆下記の様に「体力テスト」を開催しますので、
ぜひ御参加下さい。

◇開催日：平成29年6月11日（日曜日）
午後1時30分～3時30分
（受付は午後1時から）

◇開催場所：日の里西小学校体育館

内容

- ・握力・上体越し
- ・長座体前屈・6分間歩行
- ・10m障害物走行
- ・開眼片足立ち・その他



- *参加希望者は、申込用紙に必要事項を記入してください。
- *申し込みの締切日は5月25日です。