

令和7年度 南あわじ市市民体力測定会 実施要項

1. 目 的 測定による体力年齢を知り、今後の運動促進につなげることを目的とする
2. 主 催 南あわじ市スポーツ協会
3. 後 援 南あわじ市、南あわじ市教育委員会、
公益財団法人兵庫県スポーツ協会、神戸新聞社
4. 協 賛 株式会社アワジ建工、株式会社サンスイ、井本産業株式会社、光洋建設株式会社
コカ・コーラ ボトラーズジャパン株式会社、株式会社 A・I・T淡路、淡路マルキ株式会社
5. 協 力 南あわじ市スポーツ推進委員会
兵庫県理学療法士会淡路支部運営委員会スポーツ活動支援班
6. 日 程 令和7年10月12日(日) 9:30～12:00 予定
体力測定 9:30～12:00
理学療法士によるミニ講習会「ケガを予防して楽しくスポーツ」10:00～10:30
〃 「膝痛予防と体操」11:00～11:30
相談会 9:30～12:00(講習会以外の時)
7. 場 所 三原健康広場(体育館、グラウンド)
8. 申込期間 令和7年9月2日(火)～9月30日(火)但し、9/8・16・22・29 は施設休館の為窓口受付不可
9. 募集対象 南あわじ市民
10. 参加費 高校生以上 200 円、中学生以下 100 円(イベント傷害保険料含む) *当日受付にて支払
11. 測定項目

年 齢		小学 1 年～6 年	中学 1 年～19 歳	20～64 歳	65 歳～
握力	屋内	○	○	○	○
上体起こし	屋内	○	○	○	○
長座体前屈	屋内	○	○	○	○
反復横跳び	屋内	○	○	○	
20mシャトルラン	屋内	○	○	○	
立ち幅跳び	屋内	○	○	○	
開眼片足立ち	屋内				○
10m障害物歩行	屋内				○
6分間歩行	屋内				○
50m走	屋外	○	○		
ソフトボール投げ	屋外	○			
ハンドボール投げ	屋外		○		

12. そ の 他 ①イベント中の傷害について応急手当はするが一切の責任は負わない。
②中止の判断について、当日7時の時点で気象警報が発令されている場合は中止とする。
その他開催が困難な状況となった場合は主催者側の判断にて中止する場合がある。
事前の中止は決定次第、連絡をする。

13. 申込・問合せ先 南あわじ市スポーツ協会 事務局 担当:増井
電話:0799-42-5630 FAX:0799-42-5630
メール:nanspo2023@gmail.com
南あわじ市市青木 198-5(三原健康広場内)

ホームページ



メールアドレス

