

あつまれ神戸っ子!! スポーツチャレンジ!!



小学生 新 体力測定



普段スポーツ活動に取り組んでいるみなさんへ!

これまでスポーツ活動を頑張ってきた成果を体力測定で試してみませんか?

数値が出れば、今後の課題へとつながるはず!! さあ神戸っ子集まれ!



握力



上体起こし



長座体前屈

6 種目実施



反復
横跳び



立ち幅跳び



20m
シャトルラン

[日時] : 10/29 (日) 10:00-12:30

[場所] : 神戸市垂水体育館 競技場

[参加費] : 無料 [定員] : 50名 (先着順)

[持ち物] : 動ける服装・室内シューズ・タオル

・飲み物 (キャップ付きのもの)

[申込期間] : 10/17 (火) ~

[申し込み方法] : 受付窓口またはお電話にて