

親子で体力測定

お父さんお母さんにチャレンジしよう

お一人での測定も大歓迎です

※お子様だけ、お父さんお母さんだけ、お兄ちゃんだけなどお一人での測定もOKです

【種目】

- ①フロアジリティ（素早く切り返し走）
- ②5秒ステッピング（足ぶみ何回ふめるか）
- ③垂直跳び（どこまで高く飛べるか）
- ④握力（力強さ）



【参加対象】

- ①小学生以上のお子さんと保護者（ご家族）の方
- ②ご自分の体力を知りたい方（どなたでも 🦊）



【持ち物】

- ①運動のできる服装
- ②室内シューズ



【参加費】

100円／人
（保険代として）

【開催日時】

- ①2026年1月18日（日）10:00～12:00
- ②2026年3月22日（日）10:00～12:00
（測定時間は約1時間程度です）

【開催場所】 矢板市文化スポーツ複合施設 アリーナ

【申し込み・お問い合わせ】 矢板市文化スポーツ複合施設

住所：矢板市末広町49-1

☎：0287-46-5283

E-mail：info@city.yaita-ftp.jp

親子で体力測定 申込書

●場所: 矢板市文化スポーツ複合施設 ●参加費: 100円/人(保険代として)参加費は当日お支払いください

①氏名

〔性別 男 ・ 女〕

年齢

才

健康状態

良好

・

その他 (

)

②氏名

〔性別 男 ・ 女〕

年齢

才

健康状態

良好

・

その他 (

)

③氏名

(お子様)

〔性別 男 ・ 女〕

年齢

(学校名

学年

才

年)

健康状態

良好

・

その他 (

)

④氏名

(お子様)

〔性別 男 ・ 女〕

年齢

(学校名

学年

才

年)

健康状態

良好

・

その他 (

)

ご連絡先

E-mail

希望日程

✓チェック

☐ ①2026年1月18日(日)10:00～12:00

☐ ②2026年3月22日(日)10:00～12:00

【申し込み】 矢板市文化スポーツ複合施設

住所: 矢板市末広町49-1

☎: 0287-46-5283 E-mail: info@city.yaita-ctr.jp

※メールまたは施設受付にご提出ください