

あなたの体力年齢を測ってみませんか？

令和 8 年度

新体力テスト

参加者募集！！

参加費
無料

9 月 16 日(水)



19：30 集合（21時頃終了予定）

会場 町民体育館

対象 20歳以上の町内在住者



[共通種目]

①握力②上体起こし③長座体前屈



[64歳未満の方]

①反復横跳び②立ち幅跳び③急歩



[65歳以上の方]

①開眼片足立ち②10m障害物歩行③6分間歩行

ミクンチケット
もらえます！！



お申込み・お問合せ

生涯学習課スポーツ振興班

☎ 801-5683

募集〆切：9月11日（金）

お電話・窓口または長与町公式LINE

「ナガヨミクン」からお申込みいただけます。

LINEでのお申込はこちら ▶

「ナガヨミクン」とのトーク画面を開き、
「新体力テスト」と入力

