

回覧

令和8年度「大人」のスポーツテスト

現在の体力を数値化して、生活習慣や運動不足の改善につなげてみませんか？

皆様のご参加、お待ちしております♪

- ✓ 日 時 : 令和8年10月8日(木)
19:00 ~ 20:00 (受付18:30~)
- ✓ 会 場 : たまかわ文化体育館 アリーナ
- ✓ 対 象 : 20歳~64歳の村民および村内にお勤めの方
- ✓ 実施項目 : 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、
20mシャトルラン、立ち幅とび
- ✓ 持ち物 : 動きやすい服装、室内用運動靴、タオル、飲み物等
- ✓ 参加費 : 無料
- ✓ 申込方法 : 玉川村公民館までお電話にてお申し込みください。
- ✓ 申込期限 : 9月25日(金)まで

参加者全員に参加賞をプレゼント🎁！！

※スポーツテストの結果は後日郵送いたします。



【お問い合わせ・お申込先】

玉川村公民館(たまかわ文化体育館内)

☎ 0247-57-4632 (平日: 8:30~17:15)