

令和 8年 6月 22日

スポーツがお好きな皆様へ

NPO法人すさきスポーツクラブ
理事長 田部 雅彦
(公印省略)

新体カテストの実施について(ご案内)

向暑の候、皆様方におかれましては、益々ご清祥のこととお慶び申し上げます。

さて、下記日程で新体カテストを実施いたします。

多くの方に体力維持、健康増進のきっかけとなるようご参加いただきたく存じますので皆様にご周知をお願い申し上げます。

なお、参加希望者は、別添の新体カテスト申込書に記入し、NPO法人すさきスポーツクラブまで提出をお願いします。

※本テストは統計法に基づく国の統計調査です。テスト結果は標本として国へ提出いたします。

※新体カテスト中の事故については、応急処置及び高知県スポーツ課が加入するレクリエーション保険の適用する範囲のみの対応とします。

記

1. 開催日時: 令和 8年9月2日(水)・令和 8年9月8日(火)

●午前の部:
9時30分 ~ 11時00分 予定
(9時00分 ~ 受付開始)

●午後の部:
2時00分 ~ 3時30分 予定
(1時30分 ~ 受付開始)

2. 会場: 須崎市立市民体育館多ノ郷体育センター

3. 対象者: 20歳以上の男女

4. テスト項目:

20~64歳の方
握力、上体起こし、立ち幅跳び、長座体前屈、反復横とび、20mシャトルラン(往復持久走)

65歳以上の方
握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行

5. 必要物品: 運動可能な服装、タオル、体育館履き、飲み物
※着替えについては会場内の更衣室が使用できます。

6. 申込期限: 令和 8年 8月 14日(金)午後5時必着

7. 申込先: NPO法人すさきスポーツクラブ 担当 川原・岡崎右
電話0889-49-0200

※なお、65歳以上の方へ

本事業はすさきスマイルポイントの対象事業として実施いたしますので、スタンプカードをお持ちの方はご持参ください。