

あなたの体力年齢は・・・？

体内年齢は・・・？

☆ムジナもん体操★

新しいスポーツは・・・？

体験してみませんか？



チャレンジ the スポーツ 2019

1. 趣 旨 より多くの市民がスポーツを楽しく、いつまでも継続して行うためのキッカケづくりとして、体力測定で自己の体力を認識し、ニュースポーツを体験することにより、生涯スポーツの推進を図る。

2. 期 日 令和元年7月6日(土) AM9:00~12:00

3. 主 催 羽生市教育委員会 羽生市スポーツ推進委員会

4. 後 援 羽生市体育協会 各地区体育振興会

5. 会 場 羽生市体育館

6. 日 程 受付 AM8:45 開会式 AM9:00

7. 参加対象者 市内に在住・在勤・在学のどなたでも！

8. 参加費 無料

9. 参加申込 令和元年6月23日(日)までに羽生市教育委員会生涯学習部スポーツ振興課(羽生市体育館内)にお申し込みください。

10. 内 容 ムジナもん体操 … 準備体操として、みんなで楽しく身体を動かしましょう！

体力測定 … 握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび
20mシャトルラン(往復持久走)・立ち幅とび

健康チェック … 血管年齢・足裏健康測定・足指力計測

ニュースポーツの体験 … フロアカーリング・スポーツ吹き矢
ねらえ!!ムジナもん(ピンポンダーツ)
カップインゴルフ

11. その他 お問い合わせは、市体育館まで

羽生市体育館 TEL563~0150 FAX563~5872

(火曜日休館)



参加申込用紙

所属団体名 _____

代表者名 _____

No	氏 名	年齢	住 所	電 話	備 考
1					
2					
3					
4					
5					