

令和7年度 笛吹市体力・運動能力調査

市では、今年度も次のとおり体力・運動能力調査を実施します。
体力年齢を測定してみませんか。全国平均と比較することで、自身の体力の現状を知ることができます。大勢の皆様のご参加お待ちしております。

- 1 日時・場所 ① 令和7年9月11日（木）
若彦路ふれあいスポーツ館 体育館
（笛吹市八代町南 457）



受付 19 時 00 分～
測定 19 時 30 分～（21 時 00 分頃まで）

- ② 令和7年9月20日（土）
いちのみや桃の里スポーツ公園 体育館
（笛吹市一宮町末木 1001）

受付 9 時 00 分～
測定 9 時 30 分～（11 時 00 分頃まで）

※2 回とも測定内容は同じです。ご都合の良い日を選んでください。

- 2 対象者 市民（20 歳から 79 歳までの男女）
3 服装・持ち物 運動できる服装、室内履き、タオル、飲み物 等
4 測定種目 年齢区分により 6 種目を実施

（20 歳～64 歳）

握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・立ち幅跳び・20M シャトルラン

（65 歳～79 歳）

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 申込期限 各会場測定日の10日前まで
6 協力 笛吹市スポーツ推進委員会
7 申し込み先 笛吹市教育委員会 生涯学習課 スポーツ推進担当
TEL：055-261-3338（平日9時～17時）