

射水市

おとなのスポーツテストデー

自分の体力年齢を知るチャンス!!

6/23

日

参加費

無料!

事前申込不要

アランマーレ選手もくる!

※アランマーレ選手の来場時間等は事前にお知らせできません

主催:射水市 共催:第一生命保険株式会社 富山支社

【時間】9:30~15:30

【場所】ビルト・プレイズ 歌の森体育館

○小学生以上のお子さんも測定可能です。※小学生は保護者同伴

○室内用シューズ、タオル、飲料は持参してください。

○その場で体力年齢シートがもらえます。

64歳以下	65歳以上
①握力	①握力
②上体起こし	②上体起こし
③長座体前屈	③長座体前屈
④反復横跳び	④開眼片足立ち
⑤20mシャトルラン	⑤10m障害物歩行
⑥立ち幅跳び	⑥6分間歩行



第一生命 Presents
イベントフース
(ロビー)

一生涯のパートナー

第一生命

Dai-ichi Life Group

【血管年齢測定器】

所要時間わずか1分

指先を載せるだけで血管年齢で表示



【肌年齢測定器】

所要時間1項目1分

お肌のキメ、シミ、油分、肌色、角質、毛穴、目尻のシワ、水分の8項目を手軽に測定!

【パターゴルフゲーム】

年齢問わず気軽にチャレンジ!



地域おこし協力隊 Presents

ニュースポーツ体験フース

(武道場)

モルック

トランポリン
あそび

ボッチャ