

健康体操・健康体力測定・歩行測定



1回目・2回目
先着 30 名ずつ

年齢制限なし!!

10/12(日)

受付開始 ① 8時15分～ ② 10時30分～

※受付後 8時45分から開会式がありますので出席をお願いします。



健康運動実践指導者が会場にいます 会場: 紀の川市民体育館 サブアリーナ

当日の予定

① 健康体操↓

健康体力測定・歩行測定(1回目)

開始時間: 9時30分～

② 健康体操↓

健康体力測定・歩行測定(2回目)

開始時間: 11時00分～

※先着 30 名ずつとなります。

※上履き、タオル、飲み物の持参をお願いします。

歩行測定について ミズノ(株)実施

●参加はどなたでも可能

※測定結果のお渡しは40歳以上の方のみ

●測定後、アンケートにご協力いただいた方にはプレゼントあり!!

申込方法

申込用紙を下記へ提出、または下記コードから申込をお願いします。

生涯スポーツ課(土日祝日除く)

貴志川生涯学習センター・桃山会館

打田生涯学習センター・那賀総合センター

粉河ふるさとセンター・(月祝日除く)

① 1回目用



② 2回目用



お問い合わせ: 紀の川市役所 TEL: 0736-77-2511

健康体操・体力測定: 生涯スポーツ課 振興班

歩行測定: 国保年金課 保健事業班

切り取り

ふりがな				①回目・②回目
氏名				
住所				
連絡先		男・女	年齢	才

申し込み期限: 7/7(月)～9/26(金)午後5時まで