

台東区チャレンジジョイジョイカルテスト

大人の体力測定

2026.6.21(日) 9:15-12:00

柳北スポーツプラザ(台東区浅草橋5丁目1番8号)



主催:台東区教育委員会

主管:台東区スポーツ推進委員協議会

お問合せ先:台東区教育委員会スポーツ振興課 (03-5246-5853)平日9:00~17:00

台東区内在住か在勤・在学の20歳以上

先着100名 参加費無料

20~64歳:握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・立ち幅とび・20Mシャトルラン

65歳以上: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・ステップ台運動

※当日の健康状態チェックやADL(日常生活活動テスト)の結果によって、参加できない種目あり。

申込期間:5/22(金)9:00~6/16(火)17:00

申込みフォームはこちら



申込方法:インターネット、スポーツ振興課窓口、又は電話(03-5246-5853)

※持ち物、注意事項等の詳細は台東区ホームページをご覧ください。