

静岡市

体力テスト会

2025年 9月6日 土

① 午前の部 9:00～12:00

② 午後の部 13:30～16:30

①②いずれかをお申し込み時にお選びください。

※進行状況により終了時刻が早まる場合があります。

静岡市中央体育館 アリーナ

対象：市内に在住、または通勤・通学している20歳～79歳※の人

※2025年4月1日時点

定員：各部100人（20歳～64歳:60人・65歳～79歳:40人）

20歳～64歳の方

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～79歳の方

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



参加 無料

お申込方法

(公財)静岡市スポーツ協会ウェブサイトの専用フォームからお申込みいただくか、お電話でお申し込みください。(TEL:054-654-5151・平日8:30～17:15)

申込期間：8月4日(月)9:00～9月1日(月)12:00 ※申込順

お問い合わせ

(公財)静岡市スポーツ協会事務局 TEL:054-654-5151 <https://shizuoka-sports.or.jp/>

