

札幌カーリング協会 スポーツの日 体力測定会 開催要項

札幌カーリング協会員の健康に対する意識を高めることを目的とし、体力測定会を開催することにしました！なかなか測定する機会がないと思いますので、ご自身の体力レベルを知り、健康増進に役立っていただければと思います。

1. 開催日 令和6年10月14日(月・祝) 16:30~19:00頃
2. 開催場所 札幌国際大学
〒004-8602 札幌市清田区清田4条1丁目4番1号
TEL 011-881-8844
3. 主催 一般社団法人 札幌カーリング協会 総務部
4. 測定協力 札幌国際大学 スポーツ人間学部スポーツ指導学科
5. 当日のスケジュール
10月14日(月・祝)
16:20 集合・受付・アップ
16:30 測定開始
19:00 解散(予定)
6. 測定項目 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横跳び、立ち幅跳び、20m シャトルラン
7. 持ち物
上靴、タオル、飲み物、必要な方は着替え
※更衣室で着替えることが可能です
8. 参加対象 札幌カーリング協会員
9. 参加料 500円
10. その他
 - ・参加者の皆さんには、別途集合場所詳細(利用施設、駐車場利用について)をご案内します。また、測定前にヘルスチェックシートを記入していただきます。
11. 申込み方法 sapporo.jcs@gmail.com 宛てに、メールでお申込みください。
メール件名：体力測定会参加希望
本文：名前・年齢を記載してご連絡ください。
※募集締め切り10月13日(日)

以上

申込み・問い合わせ先：札幌カーリング協会事務局

Email：sca@sapporo-curling.org もしくはsapporo.jcs@gmail.com

電話：011-855-1200 (※平日16時まで通じます)