



我孫子市

Abiko city

令和5年5月30日  
定例記者会見資料

ファミリースポーツテスト2023  
×  
NECグリーンロケッツ東葛ラグビー体験会

体力年齢が測定でき、誰でも気軽に参加できるスポーツテストを開催します。当日は、市内に練習拠点がありジャパンラグビーリーグワンでも活躍する「NECグリーンロケッツ東葛」による体験会をはじめ、歩行年齢測定、協賛企業のブース出店なども行います。

自分の体力を知りたい方、家族でスポーツを楽しみたい方、ラグビーを体験したい方など、どなたでもぜひご参加ください。

**ファミリースポーツテスト2023×NECグリーンロケッツ東葛ラグビー体験会**

日 時：6月10日（土）午前9時～午後1時（受付午後0時30分まで）

場 所：市民体育館

内 容：スポーツテスト、ラグビー体験会など

持ち物：運動できる服装、室内用運動靴、飲み物

◎スポーツテスト実施種目

対象	内容
共通	握力・上体起こし・長座体前屈
6歳～64歳 (未就学児は参考値)	反復横跳び・20mシャトルラン・立ち幅跳び
65歳以上	開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行

※取材を希望する場合は、事前に文化・スポーツ課（☎04-7185-1604）にご連絡ください。

【問い合わせ】

我孫子市教育委員会

生涯学習部文化・スポーツ課

担当：四家、菅澤

☎ 04-7185-1604

親子でも！  
1人でも！

無料

# ファミリー スポーツテスト2023



2023・6・10

スポーツテストに挑戦しよう！



- ・トレーニングの成果を試したい！
- ・今の自分の運動能力は？
- ・自分の体力年齢は？
- ・学生時代からどれくらい体力が？

ラグビーを体験しよう！

「NECグリーンロケッツ東葛」による体験会でラグビーを楽しもう！



事前申込で、東日本ガス(株)提供  
のノベルティプレゼント！

開催日 6月10日(土) 9時～13時 (最終受付12時30分)

会場 我孫子市民体育館 ※室内履き持参

対象 どなたでも (未就学児は参考値になります)

申込 ちば電子申請サービスから申込 (裏面参照)



ホームページ

## スポーツテスト



1人で！親子で！友人で！どなたでも楽しめます！

対象	内容
共通種目	握力・上体起こし・長座体前屈
6歳から64歳まで (未就学児は参考値)	反復横跳び・20mシャトルラン・立ち幅跳び
65歳以上	開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行

## ラグビー体験ブース

「NECグリーンロケッツ東葛」による体験会です！未経験の方から経験者まで大歓迎！トップチームによる指導でラグビーを楽しもう！



### NECグリーンロケッツ東葛とは？

我孫子市に練習拠点を置く「ジャパンラグビーリーグワン」所属のラグビーチームです。グリーンロケッツの活躍を皆さんで応援しましょう！



### 事前申込はこちらから⇒

事前申込された方には、東日本ガス（株）提供のノベルティをプレゼント！

申込期間：5月16日～5月31日

※当日参加の場合申込不要



ちば電子申請サービス

問い合わせ

我孫子市教育委員会 文化・スポーツ課

Tel：04-7185-1604