

体力測定ウォーキング

令和7年5月18日(日) 小雨決行・荒天中止

ウォーキングコース 約4.5km

(スタート) 市民の森スポーツ公園 ～ 阿弥陀堂 ～ 水車堀公園 ～

よそう森公園 ～ 四ツ谷前公園 ～ (ゴール) 市民の森スポーツ公園



ポールウォーキングのストックを
希望者 先着20名に貸出します

○受付場所：市民の森スポーツ公園 管理棟前広場

○受付時間：午前9時00分～9時30分（受付後随時スタート、最終ゴール11時）

※体力測定のみ参加の方は午前10時～10時30分の間に受付場所にお越しください。

○申し込み：不要、直接受付場所へお越しください。

○参加費：無料

○参加対象：どなたでも（運動の制限を受けていない方）

以前参加された方は体力測定の記録表をご持参ください。

○持ち物：飲み物・汗拭きタオル・帽子・雨具 ※動きやすい服装・運動靴でご参加ください。

〈体力測定種目〉10m歩幅歩行・開眼片足立ち・10m障害歩行・パタカ測定・ファンクショナルリーチ・握力・血管年齢測定・ベジチェック他



水車堀公園



主催：日野市 主管：日野市スポーツ推進委員会

掲示期限
令和7年5月18日(日)迄

お問合せ：日野市文化スポーツ課 Tel 042-514-8465 Fax 042-581-2516