

王子チャレンジスポーツテスト

&インボディ測定（体成分分析）

小学校などで実施している新体力テストに足したり引いたりしてできたスポ協オリジナル体力測定…

「王子チャレンジスポーツテスト」！！

小学生から大人までご参加いただけるプログラムです！



〈場 所〉 王子スポーツセンター
体育館 2 階西側スペース

〈時 間〉 2026 年 10 月 12 日(月・祝)
10:00～16:00

- ☆握力
- ☆上体起こし
- ☆立ち幅跳び
- ☆長座体前屈
- ☆反復横跳び

全5種目

申込不要・無料
当日参加
プログラム



～同時実施～

「体成分分析(インボディ測定)」

- ☆筋肉や脂肪の付き方を部位別に測定
- ☆測定後、記録用紙をお渡しします

※素足になって測定機に乗っていただきます
※ペースメーカー使用の方はご遠慮下さい

