

2026

はずむ！スポーツ都市

～スポまる君の体力測定会～

参加費無料

会場ではニュースポーツ体験も可能！

“スポまる・スポひめ”も測定を応援！

測定して分かる！

あなたの体力年齢は何歳？

8月23日(日)

●受付時間 AM8:45～11:30

●測定 AM9:00～12:00

CNAアリーナ☆あきた (市立体育館) ☎866-2600

※持ち物：内ズック、タオル、飲み物

秋田市は市民一人ひとりが主体的にスポーツ活動を楽しみながら健康づくりや生きがいづくりに取り組み地域の活性化や絆づくりにつながる豊かなスポーツライフの実現をめざします！

測定項目

65歳未満：健康状態チェック、握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、他。

65歳以上：ADL、健康状態チェック、握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、他。

※秋田市スポーツ推進委員が上記項目の実施内容を丁寧に説明し測定します。

※測定後は計測データをお持ち帰りできます。

ご家族、友人、スポ少、会社の仲間同士での来場也大歓迎！

★測定終了後、ババヘラアイス無料券を配布！

(先着100枚・ひとり1枚まで)

来たれ、CANアリーナ☆あきたへ！

“スポまるスポひめ”
も遊びに行くよ！

元気な秋田はあなたから・・・！

主催：秋田市・秋田市スポーツ推進委員会 ☎888-5610

※秋田市スポーツ推進委員とは、秋田市から委嘱された各地域のスポーツコーディネーターです。

