

■開催時程■

各種目ともに 午前 9 時30分～11時30分（最終11時45分）
 七小ソーラン 午前11時50分～
 抽 選 会 午後12時00分～（七小ソーランの終了後に行うため多少前後します）

■ご注意■

- ・参加賞の景品でお荷物が多くなることが予想されますので、マイバッグなどをご用意ください。なお、受付でアンケートにご回答いただくとOmeBlueのマイバッグをプレゼントいたします。
- ・参加賞の景品は十分に用意しておりますが、万一品切れの場合はご容赦願います。
- ・室内履きをご持参のうえ、運動ができる服装でお越しください。
- ・室内履きをお持ちでない方は、体育館の入口にぞうきんを用意しておりますのでぞうきんで靴底を拭いてご入場ください。
- ・抽選会の参加はこのプログラムから抽選券を切り取り、受付の抽選箱へ投函してください。

■お問合せ■

小曾木スポレクフェスタ実行委員会事務局（小曾木市民センター内） ☎0428-74-5332
 本部および受付 七小正門前（当日のみ）

■体力測定結果記入欄■

体力測定は目安ですので、無理をして良い結果を出す必要はありません。ケガの無いよう楽しみましょう。

年代共通項目 全年代が対象の項目です。			若年層向け 64歳までの方が対象の項目です。		高齢層向け 65歳以上の方が対象の項目です。	
握力	左	kg	反復横跳び	点	開眼片足立ち	秒
	右	kg				
上体起こし		回	立ち幅跳び	cm	6分間歩行	m
長座体前屈		cm				

■各種目の配置場所■

第七小学校		市民センター	
校 庭	グラウンドゴルフ 金魚すくい モルック 射的 ザリガニ釣り（校舎裏）	敷地内	綿あめ・ポップコーン ヨガ（2階会議室）
体育館	体力測定 輪投げ ディスクゲッター	体育館	ポッチャ