

握力・上体起こしなど
10項目程度測定し
結果を教員より
フィードバックします!



どこまで
自分ができるのか
チェック!



いきいき体力見える化 プロジェクト (体力測定会)

2024年3月16日 (土曜) 開催決定!!

帝京平成大学 リハビリテーション学科・看護学科の教員と学生が、皆さんの体力測定を行い、自身の身体機能を可視化できる**毎年大好評**のイベントです。測定後は教員より専門的な目線から簡単なアドバイスをいたします。ぜひこの機会に、ご自身の体力を知り今後の健康促進にお役立てください!

定員

1部 13:30-14:30 (受付13:20分開始) **20名**
2部 14:30-15:30 (受付14:20分開始) **20名**

会場

帝京平成大学 ちはら台キャンパス体育館 (裏面参照)

対象

18歳以上の方

※参加者以外に対応できる保護者がいれば、お子様 (未就学児など) を一緒に連れてくることも可能です。ただしお子様のイベント参加はできません。

持ち物

内履き、外履きを入れる袋、動きやすい服装

参加費
無料

●予約方法/電話申込

☎ **0436-74-6369**

【受付期間】

3/1(金) ~3/15(金) 15:00まで

【イベント主催】帝京平成スポーツアカデミー

ホームページ

【営業時間】9:00~16:00



【営業日】火曜~金曜 【休業日】土日月、祝日

※各部とも定員が満員になり次第募集終了となります。

◆過去の体力測定会の活動風景◆



まずは準備運動!



立ち座りテスト



握力測定



上体起こし



片足立ち



教員によるフィードバック

参加における注意事項

- イベント当日に普段と体調が異なる場合は参加をご遠慮ください。
- 医療的ケアを必要としている方は、主治医、または医療的ケア相談員に相談の上、ご参加ください。参加し症状の悪化等が生じても当アカデミーは一切の責任を負いかねます。
- 活動写真や動画をホームページ等に掲載することがあります。
- 記録した測定結果は研究資料として使用させていただく場合があることを予めご承諾の上、ご参加ください。

実施会場および駐車場について

実施会場や駐車場は帝京平成スポーツアカデミーHPからもご確認いただけます。



ホームページ



- 駐車場案内
帝京平成大学ちはら台キャンパス
「**学生第2駐車場**」にお停めください。
- 実施会場 (体育館)