

とちぎスポーツ医科学センター (TIS)

令和5年度 体力測定体験会

開催要項

1. 概要

TIS で実施している体力測定の一部を実際に体験し、トレーニング指導、栄養指導、心理指導など TIS のサポート内容について、情報提供するとともに、これらの活動を通して、TIS の利用促進を図る。

2. 主催

公益財団法人栃木県スポーツ協会 とちぎスポーツ医科学センター

3. 実施内容について

- (1) ガイダンス・当日問診
- (2) 測定
 - ・身長・身体組成 (形態)
 - ・長座体前屈 (柔軟性)
 - ・握力 (筋力)
 - ・ジャンプ (パワー)
 - ・ヘモグロビン推定値 (メディカルチェック)
- (3) フィードバック (基準値)
- (4) TIS 利用案内 (SNS フォロー)

4. 対象

- (1) TIS での体力測定に興味がある者
- (2) TIS に興味関心のある人
- (3) 自分の体力レベルを知りたい人

5. 開催日・時間

- (1) 2023 年 11 月 10 日 (金) 16:00~19:00
- (2) 2023 年 11 月 17 日 (金) 16:00~19:00
- (3) 2023 年 11 月 24 日 (金) 16:00~19:00

※時間内に受付をし、体験は 30 分程度

6. 会場

・カンセキスタジアムとちぎ内 とちぎスポーツ医科学センター 測定室

7. 事前方法

- ・ 申込不要 ※当日とちぎスポーツ医科学センターにて受付
- ・ 3名以上の利用の場合は、
前日までに、とちぎスポーツ医科学センター（TEL：028-645-2080）へ連絡

8. その他

- ・ ご不明な点がございましたら、とちぎスポーツ医科学センターHP内「お問合せフォーム」よりご連絡ください。
- ・ 開催中の写真や映像をとちぎスポーツ医科学センターの広報活動（HPやSNS）に使用する場合がございます。

9. 費用

- ・ 測定等にかかる費用はT I Sにて負担いたします。