

みんなで楽しく
参加しよう!

イ ケ ビ ズ

体力測定会

今年もやります

イケビズで楽しく体を動かしてみませんか?
これから運動を始めたい方、運動に興味のある方、
まずはご自身の体力はどれくらいか測ってみましょう!

Vol.2

会場

としま産業振興プラザ IKE・Biz B2F体育室

池袋駅メトロポリタン改札より徒歩約7分 *池袋消防署となり

時間

① 10:00~11:00 ② 11:15~12:15
③ 13:30~14:30 ④ 14:45~15:45

各回35名

対象

小学生以上、運動に制限のない方

*小学2年生以下は保護者の付き添い参加が必要です

持ち物

上履き、フタ付きの飲み物、タオル

*運動のできる服装でお越しください

種目

垂直跳び

棒反応

片足立ち

握力

長座体前屈

※開催種目は予告なく
変更になる場合がございます。

2023年

参加費 100円 *当日支払

5月27日(土)

申込み 4月13日(木)10:00より *先着順

●Web予約 (24時間受付)

下記二次元コードよりお申込みください

●電話・窓口予約 (10:00~20:00)

03-3980-3131

としま産業振興プラザ IKE・Biz 1F事務室



申込みはこちら



イケビズHP



Twitter

@toshimaikebiz