

カラダについて学べる体験型イベント

マイスポ

スポーツ マツチング テスト

in 城北中央公園

身体を知る・学ぶ・つくるを
みんなで楽しもう!!



開催日時

2024

11.24

①10:00 ②10:30 ③11:00
④11:30 ⑤13:00 ⑥13:30
⑦14:00 ⑧14:30 ⑨15:00

時間枠からご希望の参加枠をお選びいただけます。 12:00～13:00はお昼休憩になります

参加対象者

板橋区内在住在学・及び北区・練馬区の小学生
並びにその保護者(同伴者) ※事前予約制 / 抽選500名

参加費

イベント参加する方
お1人
〈当日現金支払〉

500円



申込期間: 10/25(金)～11/11(月)

開催場所

城北中央公園陸上競技場

〒174-0075 東京都板橋区桜川1丁目

荒天時には、上板橋体育館にて実施をいたします。

お問合せ

主催: 板橋区 区民文化部 スポーツ振興課

03-3579-2652

主幹: 株式会社ウイングート / 協力: 株式会社イースト

※受付時間: 平日 9:00～17:00
(祝日は除く)

詳細は裏面へ



板橋区は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。

〈主幹〉



〈協力〉



マイスポ

スポーツマッチングテスト「マイスポ」は、

走る **跳ぶ** **瞬発力** **バランス力** の項目で

一人ひとりの個性に合わせ、体力の現状と適合するスポーツを分析します。

その結果を、子どもが親しみやすい動物のタイプで解説。

約100種類の競技種目の中からそれぞれの子どもの個性に合わせた

適合スポーツを結果シートでご提案します。



詳しくはコチラをご覧ください▶

測定内容

以下の種目を測定し、体格に加え、走る、跳ぶ、瞬発力、バランス力などのパフォーマンスを分析。子どもについては、それぞれの個性に合わせた適性スポーツをわかりやすく診断します。

また大人については、これから長く続けられるスポーツを始める、新しいきっかけ作りをサポートします。

step.1
身長測定



step.2
握力測定



step.3
立位体前屈



step.4
立ち幅跳び



step.5
プロアジリティテスト



step.6
閉眼片足立ち



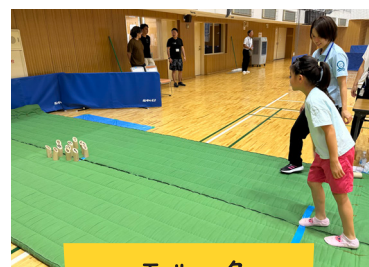
家族で参加できる
イベントも
同時開催



当日はマイスポ以外にスポーツ体験ブースなどもあります。測定結果をもとに気になるブースを体験してみてください。



十種競技 田上駿選手の陸上教室



モルック



ストレッチ体験



シセイカルテ

※開催イベントは変更となる可能性がございます。※掲載のイベント、写真は一例です。