

体力測定

日 時：平成 29 年 10 月 20 日(金) 13:30~

場 所：仙台市太白区中央市民センター

参加人数：64 名



シルバースポーツ推進員の皆さん



準備体操



10m障害物歩行



上体起こし



握力測定



pixta.jp - 6293957



長座体前屈



3分間歩行



整理体操