



どなたでも
参加可能



子どもから大人までできる TISの測定体験会

TISで実施してる体力測定の一部を
実際に体験し、その後につながるトレーニ
ング指導や栄養指導、心理指導などTISのサポ
ート内容について情報提供を行います。

対象 TISに興味関心がある方
体力測定に興味がある方
自分の体力レベルを知りたい方

所用時間 30分程度

持ち物 室内シューズ



測定体験内容

メディカル ヘモグロビン
推定値

形態 身体組成

筋力 握力

パワー ジャンプ

柔軟性 長座体前屈

★測定などにかかる費用は
TISにて負担いたします



体力測定 体験会



2024年11月15日(金)

2025年1月17日(金)

2025年2月7日(金)

時間：14:00 ~ 19:00

会場：とちぎスポーツ医科学センター
(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
(TIS) とは

「いちご一会とちぎ
国体」に向け、栃木県の
アスリートの育成・強化
を図るために、2020年
に設立されました。競技
特性に応じた体力測定が
できること、測定結果を
基にしたトレーニング
指導等、各種サポートを
受けられることがTISの
大きな特徴です。

お申し込みはコチラ！



▶お申込み期間
希望日の前日まで

お問合せは お電話またはwebから

028-645-2080

TIS <https://tis.or.jp/>

