

身体を知る、つくる、学ぶを楽しむ
体験型イベント開催!

マイズポ

スポーツ マッチング テスト

in板橋

時間枠からご希望の参加枠をお選びください

開催日時

2025

8.3



- ① 9:30～10:30
- ② 10:30～11:30
- ③ 12:30～13:30
- ④ 13:30～14:30
- ⑤ 14:30～15:30

11:30～12:30はお昼休憩になります

参加対象者

板橋区内在住在学の小学生
及びその保護者(同伴者)

※事前予約制 / 抽選380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: 7月11日(金)～7月25日(金)

開催場所

板橋区立小豆沢体育館

〒174-0075 東京都板橋区小豆沢3丁目1番1号

お問合せ

主催: 板橋区 区民文化部 スポーツ振興課

主幹: 株式会社ウイングート / 協力: 株式会社イースト

03-3579-2652

※受付時間: 平日 9:00～17:00
(祝日は除く)

詳細は
裏面へ



〈主幹〉



〈協力〉



板橋区は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。



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

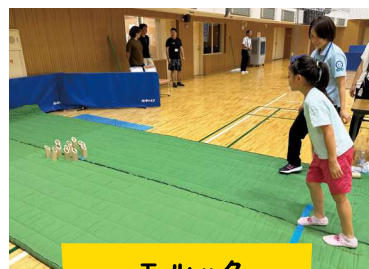


家族で 参加できる イベントも 同時開催

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！



子ども向け運動教室



モルック



親子ストレッチ体験



垂直跳びチャレンジ

※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。