

JBA B級フィットネステストの実施について

現在、B級更新(取得)にはフィットネステスト(20mシャトルラン)をクリアすることが条件として盛り込まれております。本年度末(2018年3月)に更新を希望する方は、以下の要領でフィットネステストを実施して頂くこととなりますのでよろしくお願いします。

■実施要領

① 全体では行わずに、各自で行う。

- ・現B級審判員2人以上で実施するようお願いします。
- ・各地区審判委員長が企画し、まとめて実施することも可とします。

② 添付の実施要項を熟読の上、診断表を記入後、健康上特に問題なければテストを実施する。

③ 可能な限り立会人を配置する(安全面確保のためにも)。

④ 実施後、以下の内容を担当までご報告ください。書式は問いません。

- ・実施日時 ・実施場所 ・参加メンバー(走るべき本数、走った本数、クリアしたか否か)
- ・立会人(いなかった場合は『無し』で報告)

⑤ 実施報告

- ・下記担当の送信先までご報告ください。 ・実施、報告の締め切りを2018年2月末日とします。

⑥ 音源について

【長崎県バスケットボール協会審判委員会】のHPの右側に掲載しておりますのでご活用ください。

⑦年齢別回数

男性	女性	分	総本数
	41歳以上	7	56
50歳以上	30～40歳	8	66
41～49歳	29歳以下	9	76
36～40歳		10	86
35歳以下		11	97

⑧B級諸経費

- ・登録料8000円、更新講習受講料4000円(2018年度から)

⑨その他

- ・くれぐれも体調には留意してください。実施中体調が思わしくない場合、少しでも異常を感じた場合等は即刻中止してください。
 - ・実施されなかった場合、報告がなされなかった場合はB級失効となります。また、C・D・E級に移行またはリタイアを希望する方はその旨をお知らせください。
 - ・ご不明な点があれば下記担当までご相談ください。
- 以上よろしくお願いします。

【担当】

長崎県バスケットボール協会審判委員会

登録担当 大久保 好純

～報告送信アドレス～

okubo.yoshizumi@nifty.com