

“국민체력100” 체력인증제 시행 안내문

국민체육진흥공단이 주관하는 “국민체력100” 체력인증제로 체력검정을 대체하오니 아래 내용을 숙지하시어 응시하여 주시기 바랍니다.

□ 대상: 시설서비스직 미화·보안파트

□ 장소: 국민체력100 체력인증센터 또는 서울체력장 체력인증센터

○ 국민체력100 체력인증센터(서울지역) *서울외 인증센터 통한 인증서 발급·제출 인정

센터명	주소	연락처
중구	중구 퇴계로 387(흥인동), 4층	02-2280-8500
송파	송파구 올림픽로 424(방이동), 평화의 광장 편익시설 A-1	02-410-1014
성동	성동구 왕십리로5길 3(성수동1가), 4층	02-2286-7190

○ 서울체력9999 체력인증센터 *인증형 체력측정 신청 필수!(국민체력100 체력인증서 발급제출)

센터명	주소	연락처
동대문	서울시 동대문구 서울시립대로 163, 서울시립대학교 100주년기념관 니동 2층 203호	02-6490-5841~3
강동	서울시 강동구 성내로 45, 강동구보건소 지하1층	02-3425-6724
관악	서울시 관악구 조원로25, 조원생활스포츠센터 지하1층	02-6953-9890
광진(구의)	서울시 자양로 18길 22, 리마크빌 구의 3층	02-446-0221
광진(군자)	서울시 광진구 군자로 151, 2층	02-450-5372~5
구로	서울시 구로구 구로중앙로28길 구로구보건소 10층	02-860-5456~7
금천	서울시 금천구 시흥대로73길 70, 금천구보건소 3층	02-2627-2428
도봉	서울시 도봉구 방학로3길 117, 도봉구보건소 지하1층	02-2091-4636~7
동작	서울시 동작구 사당로 253-3 유창빌딩 2층(동작구 사당보건지소)	02-820-9713
마포(망원)	서울시 마포구 월드컵로25길 190, 마포구민체육센터 4층	02-337-7814~7
마포(서강)	서울시 마포구 토정로 98, 마포365구민센터 4층	02-6958-8323
서대문	서울시 서대문구 연희로242, 서대문구보건소 6층	02-330-8882
서초	서울시 서초구 사평대로 55, 서초구민체육센터 2층	02-591-5999
송파	서울시 송파구 올림픽로326, 송파구보건소 3층	02-2147-3721~2
영등포	서울특별시 영등포구 당산로 123 영등포보건소 3층	02-2670-4955
용산	서울시 용산구 녹사평대로150, 용산구보건소 지하1층	02-2199-8170~2
은평	서울시 은평구 연서로34길 11, 불광보건지소 2층	02-351-8667
종구	서울시 종구 을지로 117 을지누리센터 9층	02-3396-6445
종랑구	서울시 종랑구 사가정로51길 48, 면목3.8동주민센터 3층	02-2094-0183~4

- ※ 국민체력100 홈페이지(<https://nfa.kspo.or.kr>)와 서울체력9988 체력인증앱 (손목닥터9988)을 통해 체력측정 예약 가능하며, 일정 등 자세한 사항은 홈페이지 및 앱을 통해 확인하시기 바랍니다.
- ※ 서울체력9988 체력인증 대상은 만 19세이상 서울시민, 서울 소재 직장인
- ※ 예약이 어려울 수 있으니, 사전에 여유 있게 예약하여 체력측정을 진행하여 주시기 바랍니다.
- ※ 체력측정 당일 혈압이 고혈압2기에 해당하는 수축기160mmHg, 이완기100mmHg 이상인 경우 체력측정이 제한되오니 참고바랍니다.

- ☐ 소요시간 및 비용: 1인 50분 내외, 무료 (※예약 필수)
- ☐ 신분증 필수 지참, 운동복·운동화 등 간편한 복장 착용
- ☐ 인증기준: 체격(신장, 체중 등), 건강체력(근력, 근지구력, 유연성 등), 운동체력(순발력, 협응력, 민첩성 등)을 검사하여 결과에 따라 등급 인증 (※ 기타 체력요인별 기준은 홈페이지에서 참고)
- ☐ 국민체력100 체력인증서 인정기간 및 제출기간
 - 체력인증서 인정기간: 2026. 1. 1. ~ 2026. 10. 16. 측정일에 한하여 인정하며, 2026. 10. 16. 17:00까지 공고문에 안내된 바에 따라 제출을 완료하여야 함.