

握力測定平均

資料：新・日本人の体力基準値Ⅱ 首都大学東京体力基準値研究会 (kg)

	男性	女性		男性	女性
10 歳	17.3	15.9	35 歳	49.7	30.9
15 歳	39.8	26.5	40 歳	48.5	30.7
20 歳	46.5	28.6	45 歳	47.1	29.8
25 歳	48.9	29.7	50 歳	45.4	28.2
30 歳	49.6	30.8	60 歳	40.8	25.7