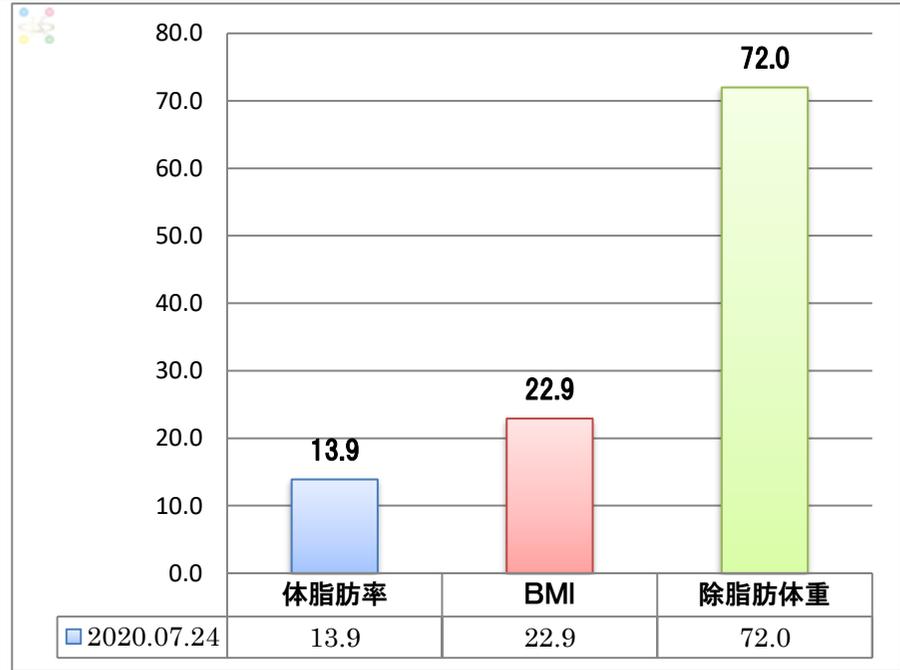
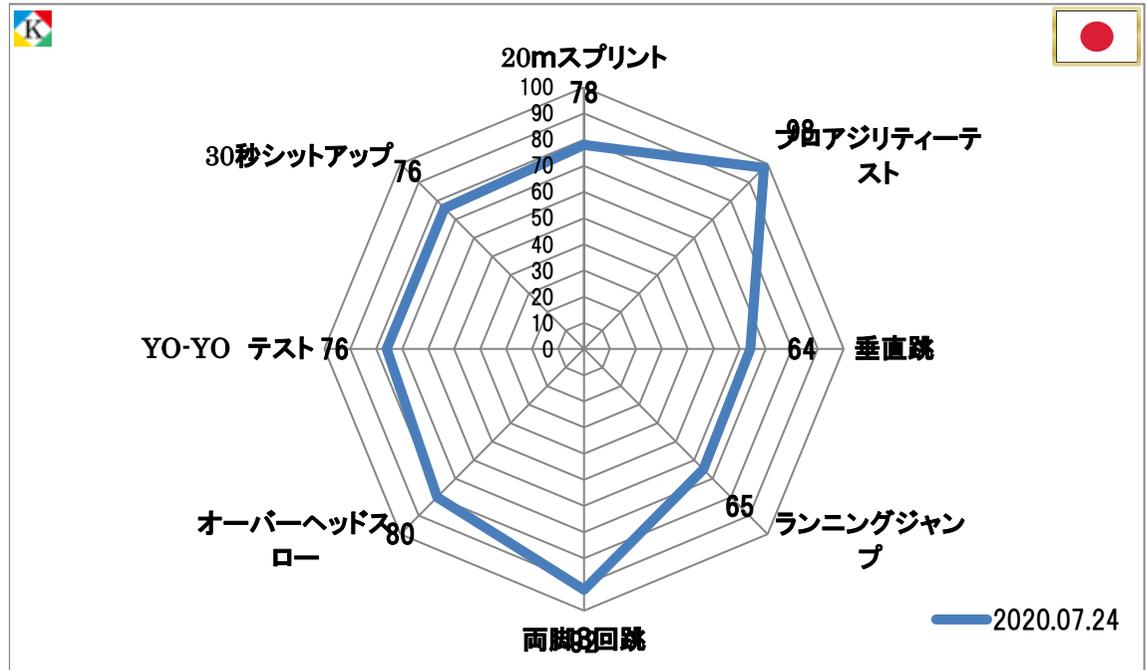


# 2020年 Komuro Consulting Group チーム バレーボール体力・形態指数《重要8項目》 レーダーチャート

氏名 ■■■■ 身長 191.0 cm 体重 83.6 kg ポジション OH 2020.07.24 作成

"OPEN" to All Volleyball Players

| 日付         | no. | 氏名   | 20mスプリント  |           | プロアジリティーテスト |           | 垂直跳      |           | ランニングジャンプ |           | 両脚3回跳   |           | オーバーヘッドスロー |           | YO-YO テスト |           | 30秒シットアップ |           | 総得点<br>All pts | 総順位<br>Rank |
|------------|-----|------|-----------|-----------|-------------|-----------|----------|-----------|-----------|-----------|---------|-----------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------------|-------------|
|            |     |      | 記録<br>sec | 得点<br>pts | 記録<br>sec   | 得点<br>pts | 記録<br>cm | 得点<br>pts | 記録<br>cm  | 得点<br>pts | 記録<br>m | 得点<br>pts | 記録<br>m    | 得点<br>pts | 記録<br>m   | 得点<br>pts | 記録<br>回   | 得点<br>pts |                |             |
| 2020.07.24 | 1   | ■■■■ | 2.82      | 78        | 4.22        | 98        | 74       | 64        | 85        | 65        | 10.20   | 92        | 14.05      | 80        | 760       | 76        | 38        | 76        | 629            | 1           |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |



記録が伸びている項目は更に強化や改善し、記録が伸びていない項目は原因を追究し改善に努めましょう。理想は大きくて綺麗な円形グラフになることです。他人との比較ではなく自己の能力改善を心がけましょう。  
Copyright(C) KCG: Komuro Consulting Group CEO 小室匡史 / Masashi KOMURO. All Rights Reserved.

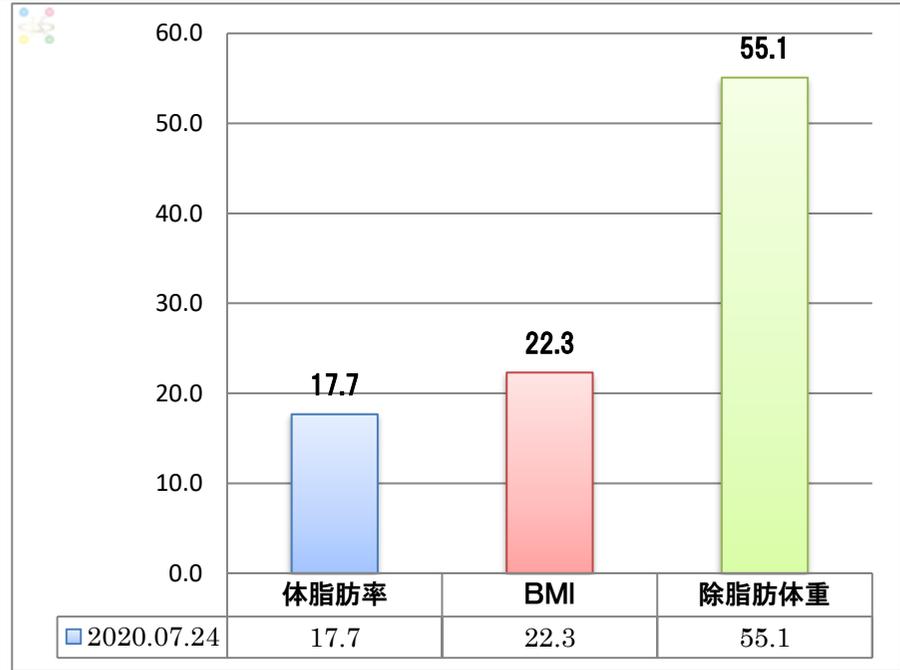
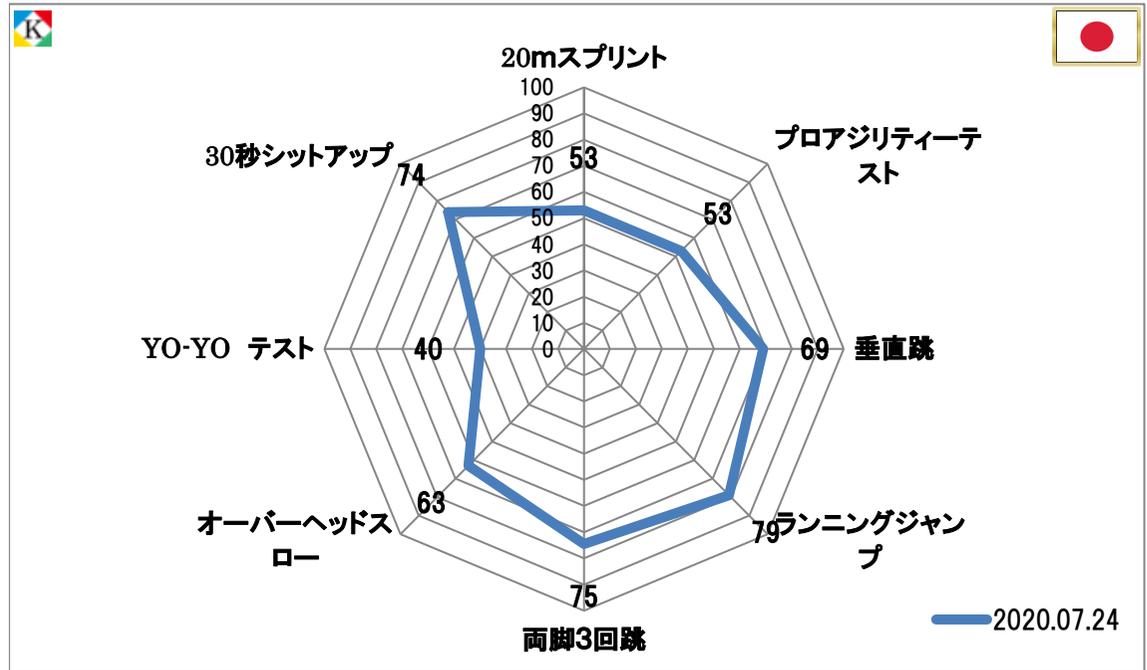
※ %FAT (体脂肪率) は 13.0%以下を基準とする  
 ※ BMI は 18.0 ~ 23.0 を標準範囲【VB男子:中学生】とする  
 ※ LBM : Lean Body Mass (除脂肪体重) は増加傾向が望ましい  
 バレーボール指数 **142**

# 2020年 Komuro Consulting Group チーム バレーボール体力・形態指数《重要8項目》 レーダーチャート

氏名 ■■■■ 身長 173.2 cm 体重 66.9 kg ポジション S 2020.07.24 作成

"OPEN" to All Volleyball Players

| 日付         | no. | 氏名   | 20mスプリント  |           | プロアジリティーテスト |           | 垂直跳      |           | ランニングジャンプ |           | 両脚3回跳   |           | オーバーヘッドスロー |           | YO-YO テスト |           | 30秒シットアップ |           | 総得点<br>All pts | 総順位<br>Rank |
|------------|-----|------|-----------|-----------|-------------|-----------|----------|-----------|-----------|-----------|---------|-----------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------------|-------------|
|            |     |      | 記録<br>sec | 得点<br>pts | 記録<br>sec   | 得点<br>pts | 記録<br>cm | 得点<br>pts | 記録<br>cm  | 得点<br>pts | 記録<br>m | 得点<br>pts | 記録<br>m    | 得点<br>pts | 記録<br>m   | 得点<br>pts | 記録<br>回   | 得点<br>pts |                |             |
| 2020.07.24 | 2   | ■■■■ | 3.07      | 53        | 4.67        | 53        | 79       | 69        | 99        | 79        | 8.45    | 75        | 12.35      | 63        | 400       | 40        | 37        | 74        | 506            | 4           |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |



記録が伸びている項目は更に強化や改善し、記録が伸びていない項目は原因を追究し改善に努めましょう。理想は大きくて綺麗な円形グラフになることです。他人との比較ではなく自己の能力改善を心がけましょう。  
Copyright(C) KCG : Komuro Consulting Group CEO 小室匡史 / Masashi KOMURO. All Rights Reserved.

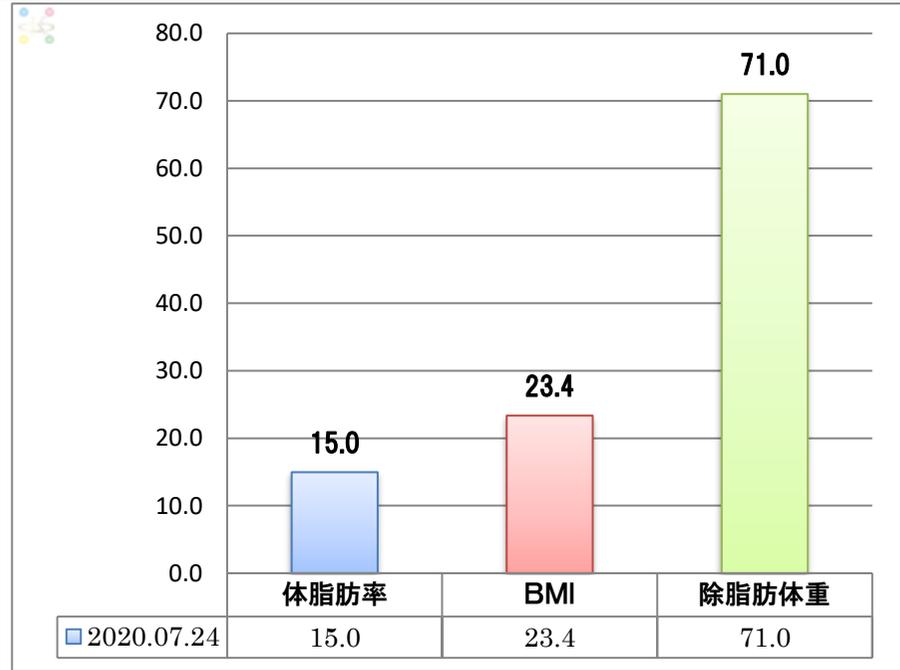
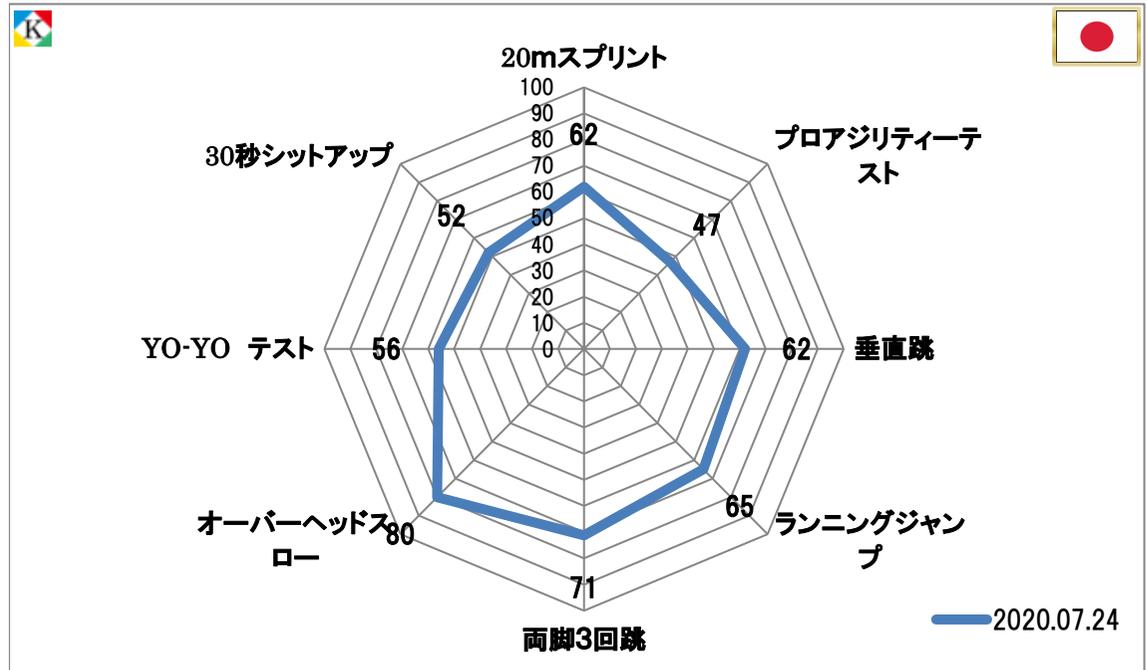
※ %FAT (体脂肪率) は 13.0%以下を基準とする  
 ※ BMI は 18.0 ~ 23.0 を標準範囲【VB男子:中学生】とする  
 ※ LBM : Lean Body Mass (除脂肪体重) は増加傾向が望ましい  
 バレーボール指数 **110**

# 2020年 Komuro Consulting Group チーム バレーボール体力・形態指数《重要8項目》 レーダーチャート

氏名 ■■■■ 身長 189.1 cm 体重 83.5 kg ポジション OH/MB 2020.07.24 作成

"OPEN" to All Volleyball Players

| 日付         | no. | 氏名   | 20mスプリント  |           | プロアジリティーテスト |           | 垂直跳      |           | ランニングジャンプ |           | 両脚3回跳   |           | オーバーヘッドスロー |           | YO-YO テスト |           | 30秒シットアップ |           | 総得点<br>All pts | 総順位<br>Rank |
|------------|-----|------|-----------|-----------|-------------|-----------|----------|-----------|-----------|-----------|---------|-----------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------------|-------------|
|            |     |      | 記録<br>sec | 得点<br>pts | 記録<br>sec   | 得点<br>pts | 記録<br>cm | 得点<br>pts | 記録<br>cm  | 得点<br>pts | 記録<br>m | 得点<br>pts | 記録<br>m    | 得点<br>pts | 記録<br>m   | 得点<br>pts | 記録<br>回   | 得点<br>pts |                |             |
| 2020.07.24 | 3   | ■■■■ | 2.98      | 62        | 4.73        | 47        | 73       | 62        | 85        | 65        | 8.12    | 71        | 14.05      | 80        | 560       | 56        | 26        | 52        | 495            | 5           |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |



記録が伸びている項目は更に強化や改善し、記録が伸びていない項目は原因を追究し改善に努めましょう。理想は大きくて綺麗な円形グラフになることです。他人との比較ではなく自己の能力改善を心がけましょう。  
Copyright(C) KCG : Komuro Consulting Group CEO 小室匡史 / Masashi KOMURO. All Rights Reserved.

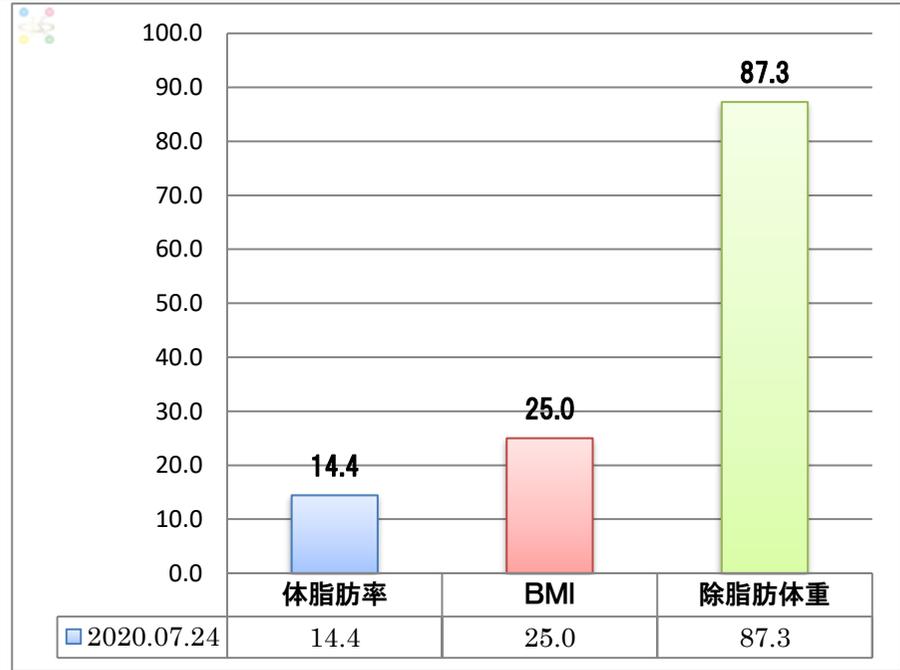
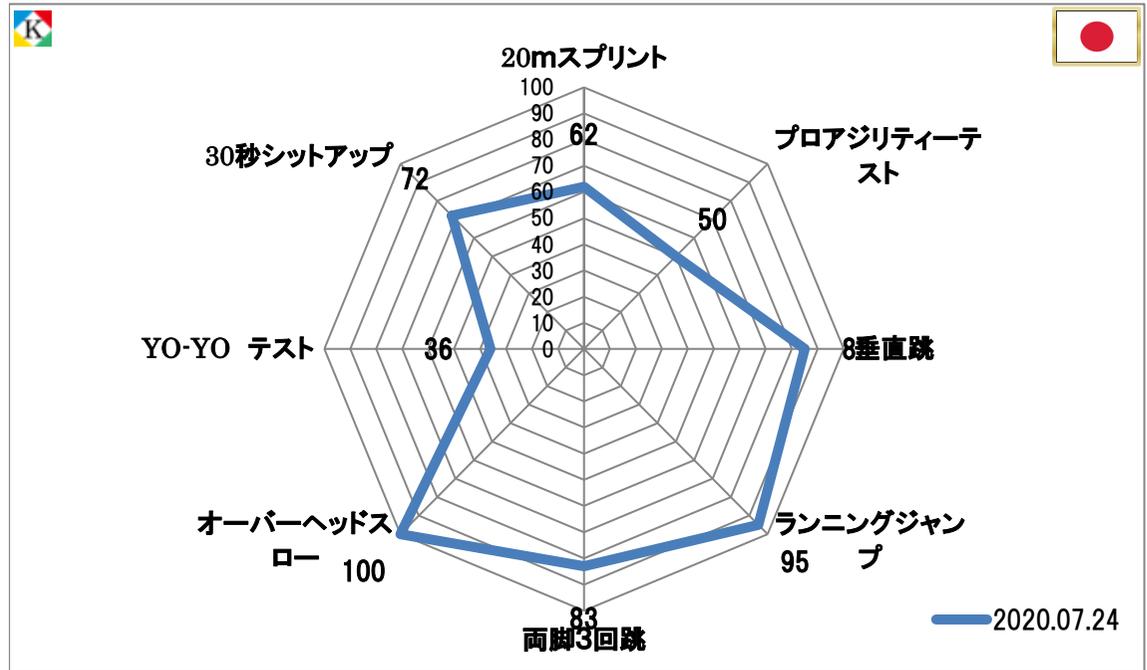
※ %FAT (体脂肪率) は 13.0%以下を基準とする  
 ※ BMI は 18.0 ~ 23.0 を標準範囲【VB男子:中学生】とする  
 ※ LBM : Lean Body Mass (除脂肪体重) は増加傾向が望ましい  
 バレーボール指数 **114**

# 2020年 Komuro Consulting Group チーム バレーボール体力・形態指数《重要8項目》 レーダーチャート

氏名 ■■■■ 身長 202.0 cm 体重 102.0 kg ポジション WS/OP 2020.07.24 作成

"OPEN" to All Volleyball Players

| 日付         | no. | 氏名   | 20mスプリント  |           | プロアジリティーテスト |           | 垂直跳      |           | ランニングジャンプ |           | 両脚3回跳   |           | オーバーヘッドスロー |           | YO-YO テスト |           | 30秒シットアップ |           | 総得点<br>All pts | 総順位<br>Rank |
|------------|-----|------|-----------|-----------|-------------|-----------|----------|-----------|-----------|-----------|---------|-----------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------------|-------------|
|            |     |      | 記録<br>sec | 得点<br>pts | 記録<br>sec   | 得点<br>pts | 記録<br>cm | 得点<br>pts | 記録<br>cm  | 得点<br>pts | 記録<br>m | 得点<br>pts | 記録<br>m    | 得点<br>pts | 記録<br>m   | 得点<br>pts | 記録<br>回   | 得点<br>pts |                |             |
| 2020.07.24 | 4   | ■■■■ | 2.98      | 62        | 4.70        | 50        | 95       | 85        | 115       | 95        | 9.30    | 83        | 16.05      | 100       | 360       | 36        | 36        | 72        | 583            | 2           |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |



記録が伸びている項目は更に強化や改善し、記録が伸びていない項目は原因を追究し改善に努めましょう。理想は大きくて綺麗な円形グラフになることです。他人との比較ではなく自己の能力改善を心がけましょう。  
Copyright(C) KCG : Komuro Consulting Group CEO 小室匡史 / Masashi KOMURO. All Rights Reserved.

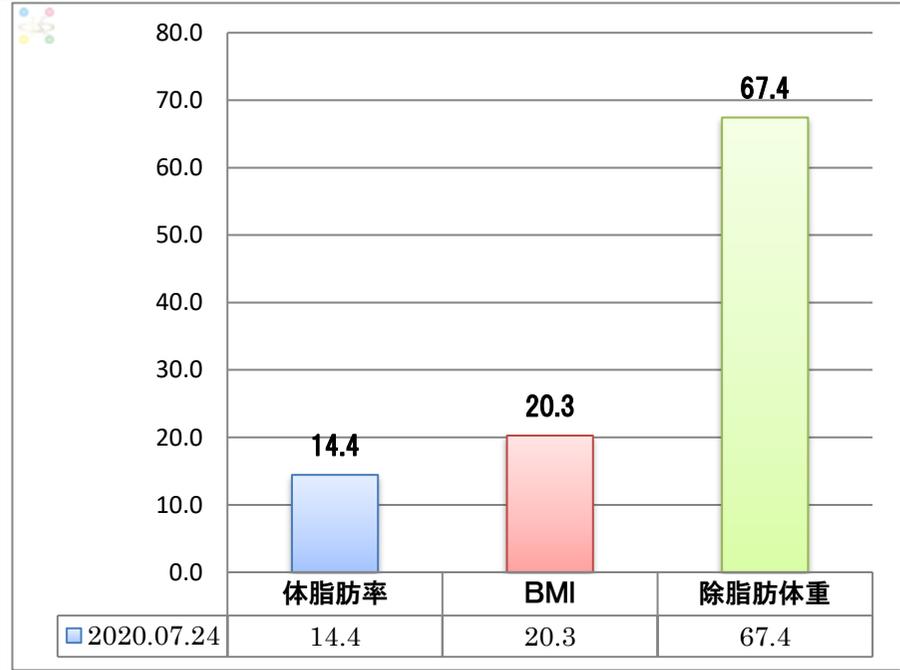
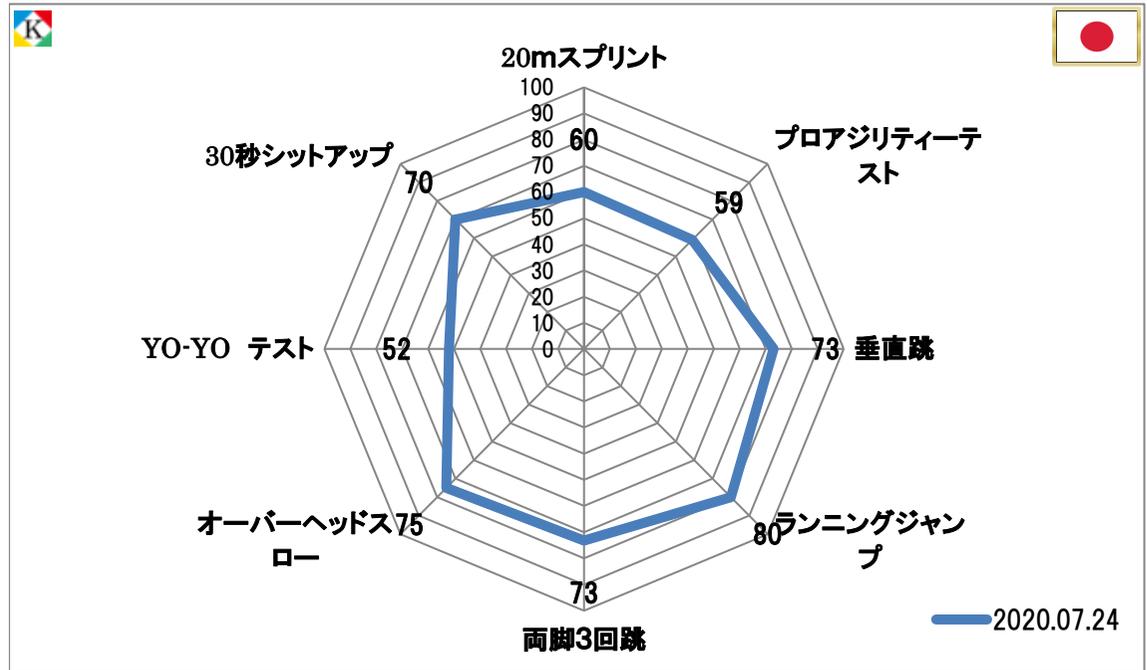
※ %FAT (体脂肪率) は 13.0%以下を基準とする  
 ※ BMI は 18.0 ~ 23.0 を標準範囲【VB男子:中学生】とする  
 ※ LBM : Lean Body Mass (除脂肪体重) は増加傾向が望ましい  
 バレーボール指数 **170**

# 2020年 Komuro Consulting Group チーム バレーボール体力・形態指数《重要8項目》 レーダーチャート

氏名 ■■■■ 身長 197.2 cm 体重 78.8 kg ポジション WS 2020.07.24 作成

"OPEN" to All Volleyball Players

| 日付         | no. | 氏名   | 20mスプリント  |           | プロアジリティーテスト |           | 垂直跳      |           | ランニングジャンプ |           | 両脚3回跳   |           | オーバーヘッドスロー |           | YO-YO テスト |           | 30秒シットアップ |           | 総得点<br>All pts | 総順位<br>Rank |
|------------|-----|------|-----------|-----------|-------------|-----------|----------|-----------|-----------|-----------|---------|-----------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------------|-------------|
|            |     |      | 記録<br>sec | 得点<br>pts | 記録<br>sec   | 得点<br>pts | 記録<br>cm | 得点<br>pts | 記録<br>cm  | 得点<br>pts | 記録<br>m | 得点<br>pts | 記録<br>m    | 得点<br>pts | 記録<br>m   | 得点<br>pts | 記録<br>回   | 得点<br>pts |                |             |
| 2020.07.24 | 5   | ■■■■ | 3.00      | 60        | 4.61        | 59        | 83       | 73        | 100       | 80        | 8.32    | 73        | 13.55      | 75        | 520       | 52        | 35        | 70        | 542            | 3           |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |
|            |     |      |           |           |             |           |          |           |           |           |         |           |            |           |           |           |           |           |                |             |



記録が伸びている項目は更に強化や改善し、記録が伸びていない項目は原因を追究し改善に努めましょう。理想は大きくて綺麗な円形グラフになることです。他人との比較ではなく自己の能力改善を心がけましょう。

Copyright(C) KCG : Komuro Consulting Group CEO 小室匡史 / Masashi KOMURO. All Rights Reserved.

※ %FAT (体脂肪率) は 13.0%以下を基準とする  
 ※ BMI は 18.0 ~ 23.0 を標準範囲【VB男子:中学生】とする  
 ※ LBM : Lean Body Mass (除脂肪体重) は増加傾向が望ましい

バレーボール指数 **136**