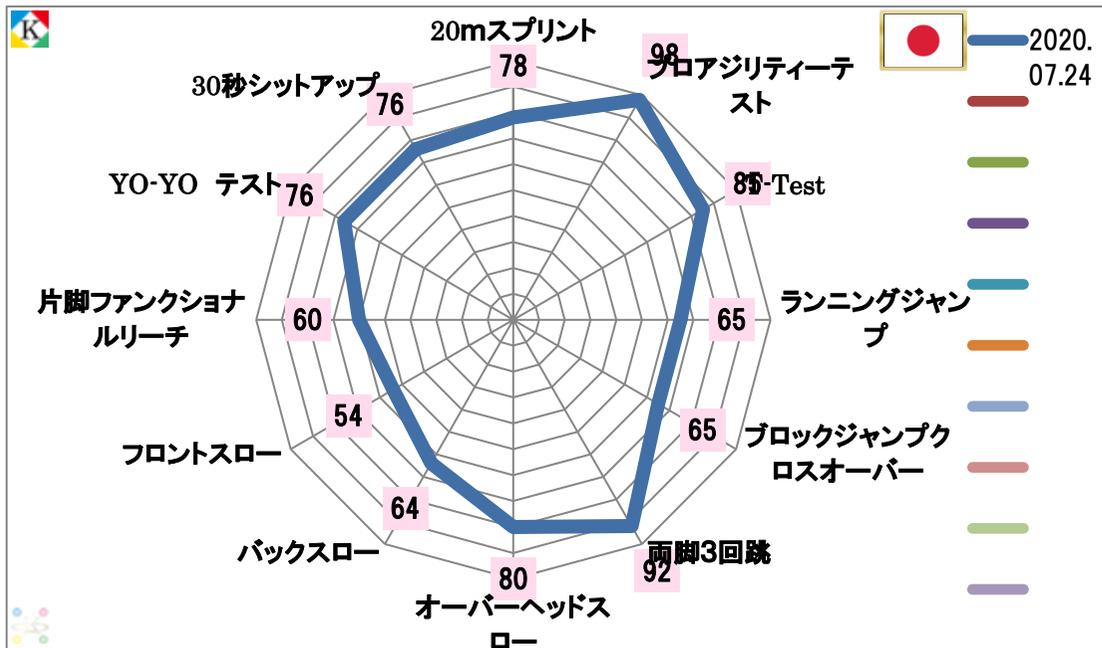


2020年 Komuro Consulting Group チーム バレーボール体力・形態指数《重要12項目》 レーダーチャート

氏名 ■■■■ 身長 191.0 cm 体重 83.6 kg BMI 22.9 FAT 11.1 LBM 74.3 ポジション OH 2020.07.24 作成

Discover The "NEXT" Generation of Talent & The Insatiable Quest for Special "ONE"

日付	no.	氏名	20mスプリント		プロアジリティーテスト		T-Test		ランニングジャンプ		ブロックジャンプ ロスオーバー		両脚3回跳		オーバーヘッドスロー		バックスロー		フロントスロー		片脚ファンクショナルリーチ		YO-YO テスト		30秒シットアップ		総得点 Allpts	総順位 Rank		
			記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点			記録	得点
			sec	pts	sec	pts	sec	pts	cm	pts	cm	pts	m	pts	m	pts	m	pts	m	pts	m	pts	%	pts	m	pts			回	pts
2020.07.24	1	■■■■	2.82	78	4.22	98	8.74	85	85	65	75	65	10.20	92	14.05	80	16.40	64	14.45	54	50.0	60	760	76	38	76	893	1		



◆【機能面】コメント

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。

* 最高の笑顔と共に再会できる日を心から楽しみにしております *

◆【形態面】

	2020.07.24				備考
身長 (CM)	191.0				
体重 (KG)	83.60				
体脂肪率	11.1				
BMI	22.9				
除脂肪体重	74.30				

◆【柔軟性・バランス】

	2020.07.24					利腕 右	備考
立位体前屈	6.5						
開脚	181.0						
開脚-身長	-10.0						
バッククラッチ (右左)	-2.0	6.0					
片脚FR (右左)	95.0	95.0					
片脚FR指数 (%)	49.7	49.7					

※ %FAT (体脂肪率) は 13.0%以下 を基準とする

※ BMI は 22.0 ~ 25.0 を標準範囲【VB男子:大学生・シニア】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-GPA バレーボール指数

1.3 142

◆【形態面・柔軟性・バランス】コメント

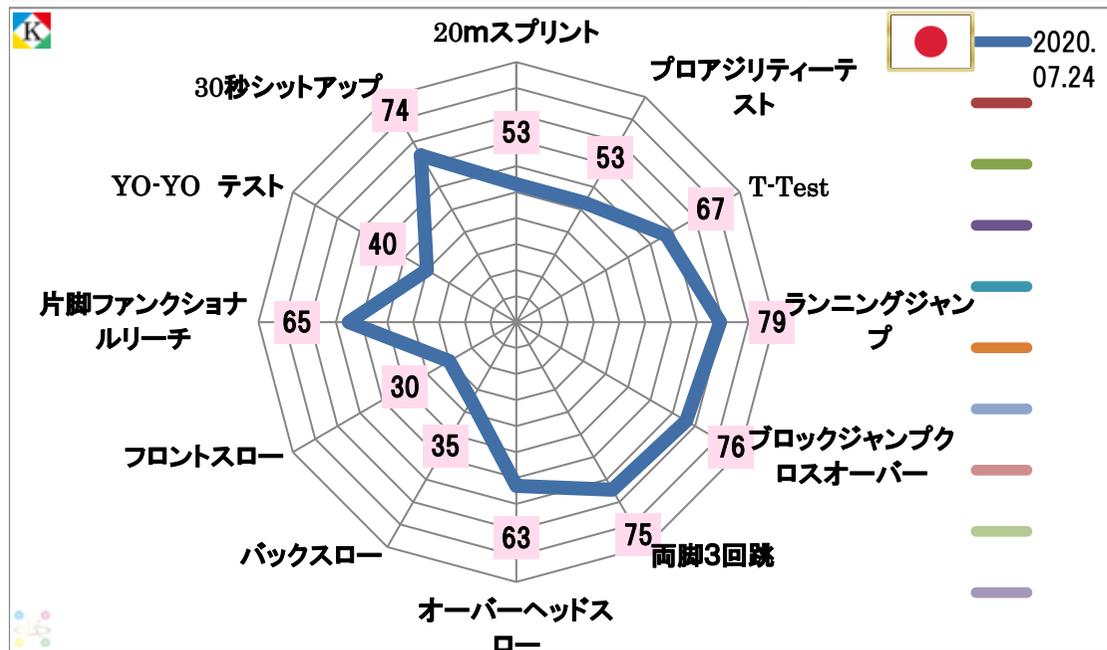
『立位体前屈』『開脚-身長』『バッククラッチ』はマイナス(-)にならないようにしましょう。『片脚立ちファンクショナルリーチ』は身長に対する割合が50%を超えるようにしましょう。

2020年 Komuro Consulting Group チーム バレーボール体力・形態指数《重要12項目》 レーダーチャート

氏名 ■■■■ 身長 173.2 cm 体重 66.9 kg BMI 22.3 FAT 14.4 LBM 57.3 ポジション S 2020.07.24 作成

Discover The "NEXT" Generation of Talent & The Insatiable Quest for Special "ONE"

日付	no.	氏名	20mスプリント		プロアジリティーテスト		T-Test		ランニングジャンプ		ブロックジャンプ ロスオーバー		両脚3回跳		オーバーヘッドスロー		バックスロー		フロントスロー		片脚ファンクショナルリーチ		YO-YO テスト		30秒シットアップ		総得点 Allpts	総順位 Rank		
			記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点			記録	得点
			sec	pts	sec	pts	sec	pts	cm	pts	cm	pts	m	pts	m	pts	m	pts	m	pts	m	pts	%	pts	m	pts			回	pts
2020.07.24	2	■■■■	3.07	53	4.67	53	9.65	67	99	79	86	76	8.45	75	12.35	63	13.55	35	12.00	30	51.0	65	400	40	37	74	710	5		



◆【機能面】コメント

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及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。

* 最高の笑顔と共に再会できる日を心から楽しみにしております *

◆【形態面】

	2020.07.24				備考
身長 (CM)	173.2				
体重 (KG)	66.90				
体脂肪率	14.4				
BMI	22.3				
除脂肪体重	57.29				

◆【柔軟性・バランス】

	2020.07.24					利腕 右	備考
立位体前屈	0.0						
開脚	176.0						
開脚-身長	2.8						
バックラッチ (右左)	7.0	-3.0					
片脚FR (右左)	88.0	86.0					
片脚FR指数 (%)	50.8	49.7					

- ※ %FAT (体脂肪率) は 13.0%以下 を基準とする
- ※ BMI は 22.0 ~ 25.0 を標準範囲【VB男子:大学生・シニア】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GPA バレーボール指数
1.7 110

◆【形態面・柔軟性・バランス】コメント

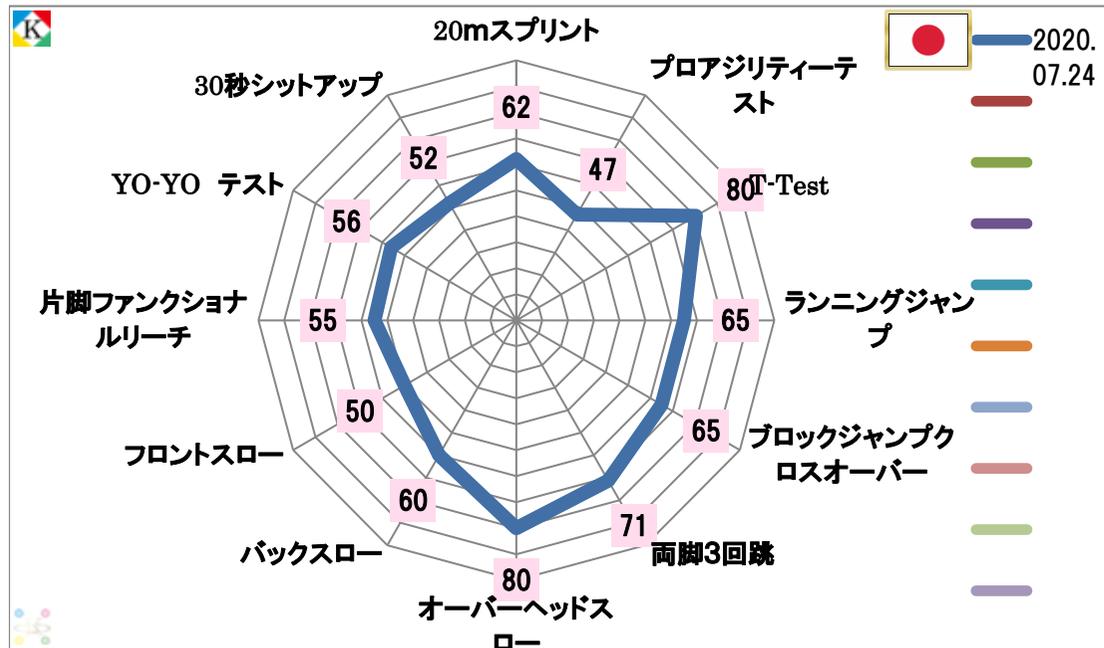
『立位体前屈』『開脚-身長』『バックラッチ』はマイナス(-)にならないようにしましょう。『片脚立ちファンクショナルリーチ』は身長に対する割合が50%を越えるようにしましょう。

2020年 Komuro Consulting Group チーム バレーボール体力・形態指数《重要12項目》 レーダーチャート

氏名 ■■■■ 身長 189.1 cm 体重 83.5 kg BMI 23.4 FAT 12.0 LBM 73.4 ポジション OH/MB 2020.07.24 作成

Discover The "NEXT" Generation of Talent & The Insatiable Quest for Special "ONE"

日付	no.	氏名	20mスプリント		プロアジリティーテスト		T-Test		ランニングジャンプ		ブロックジャンプ ロスオーバー		両脚3回跳		オーバーヘッドスロー		バックスロー		フロントスロー		片脚ファンクショナルリーチ		YO-YO テスト		30秒シットアップ		総得点 Allpts	総順位 Rank		
			記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点			記録	得点
			sec	pts	sec	pts	sec	pts	cm	pts	cm	pts	m	pts	m	pts	m	pts	m	pts	%	pts	m	pts	回	pts				
2020.07.24	3	■■■■	2.98	62	4.73	47	8.98	80	85	65	76	65	8.12	71	14.05	80	16.00	60	14.05	50	49.0	55	560	56	26	52	744	4		



◆【機能面】コメント

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及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。

* 最高の笑顔と共に再会できる日を心から楽しみにしております *

◆【形態面】

	2020.07.24				備考
身長 (CM)	189.1				
体重 (KG)	83.50				
体脂肪率	12.0				
BMI	23.4				
除脂肪体重	73.44				

◆【柔軟性・バランス】

	2020.07.24					利腕 右	備考
立位体前屈	18.0						
開脚	171.0						
開脚-身長	-18.1						
バックラッチ (右左)	15.0	9.0					
片脚FR (右左)	93.0	93.0					
片脚FR指数 (%)	49.2	49.2					

- ※ %FAT (体脂肪率) は 13.0%以下 を基準とする
- ※ BMI は 22.0 ~ 25.0 を標準範囲【VB男子:大学生・シニア】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-GPA バレーボール指数
1.8 114

◆【形態面・柔軟性・バランス】コメント

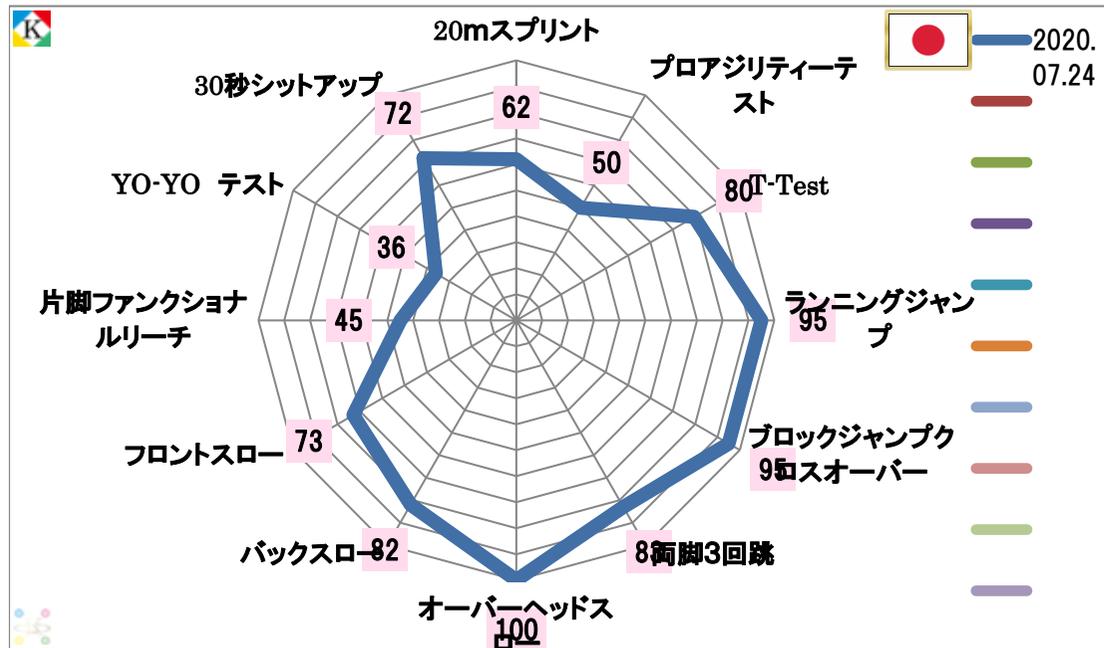
『立位体前屈』『開脚-身長』『バックラッチ』はマイナス(-)にならないようにしましょう。『片脚立ちファンクショナルリーチ』は身長に対する割合が50%を越えるようにしましょう。

2020年 Komuro Consulting Group チーム バレーボール体力・形態指数《重要12項目》 レーダーチャート

氏名 ■■■■ 身長 202.0 cm 体重 102.0 kg BMI 25.0 FAT 11.6 LBM 90.2 ポジション WS/OP 2020.07.24 作成

Discover The "NEXT" Generation of Talent & The Insatiable Quest for Special "ONE"

日付	no.	氏名	20mスプリント		プロアジリティーテスト		T-Test		ランニングジャンプ		ブロックジャンプ ロスオーバー		両脚3回跳		オーバーヘッドスロー		バックスロー		フロントスロー		片脚ファンクショナルリーチ		YO-YO テスト		30秒シットアップ		総得点 Allpts	総順位 Rank		
			記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点			記録	得点
			sec	pts	sec	pts	sec	pts	cm	pts	cm	pts	m	pts	m	pts	m	pts	m	pts	m	pts	%	pts	m	pts			回	pts
2020.07.24	4	■■■■	2.98	62	4.70	50	9.02	80	115	95	105	95	9.30	83	16.05	100	18.20	82	16.35	73	47.0	45	360	36	36	72	873	2		



◆【機能面】コメント

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及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。

* 最高の笑顔と共に再会できる日を心から楽しみにしております *

◆【形態面】

	2020.07.24				備考
身長 (CM)	202.0				
体重 (KG)	102.00				
体脂肪率	11.6				
BMI	25.0				
除脂肪体重	90.19				

◆【柔軟性・バランス】

	2020.07.24					備考
立位体前屈	17.0					
開脚	186.0					
開脚-身長	-16.0					
バックラッチ(右左)	8.0	0.0				
片脚FR(右左)	91.0	95.0				
片脚FR指数(%)	45.0	47.0				

※ %FAT (体脂肪率) は 13.0%以下を基準とする
 ※ BMI は 22.0 ~ 25.0 を標準範囲【VB男子:大学生・シニア】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-GPA バレーボール指数 **1.7 170**

◆【形態面・柔軟性・バランス】コメント

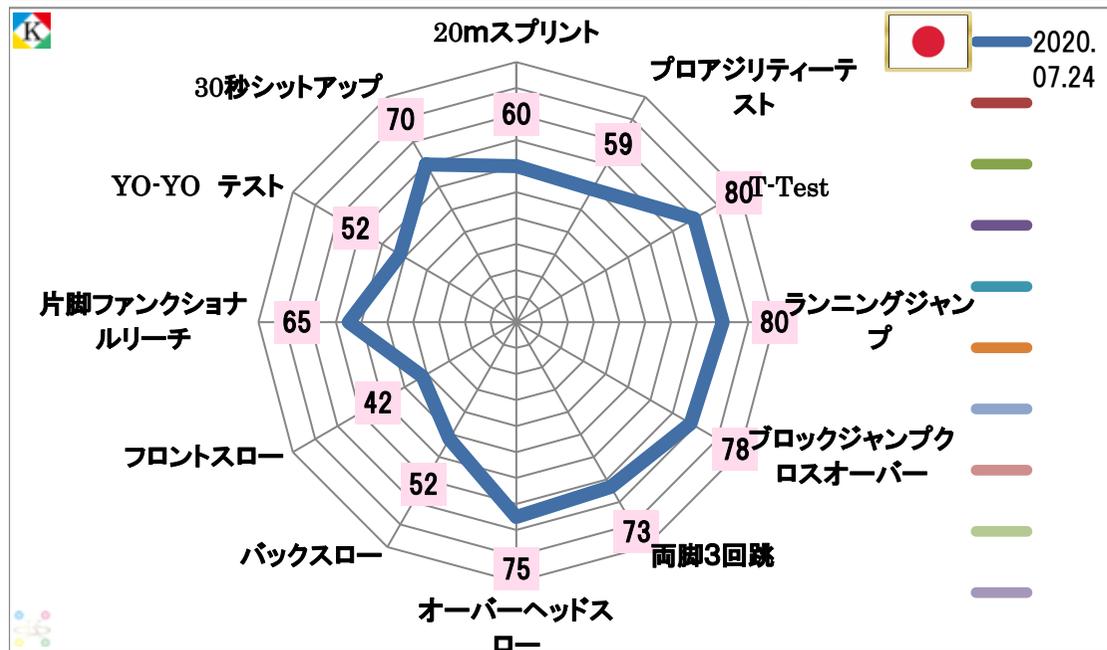
『立位体前屈』『開脚-身長』『バックラッチ』はマイナス(-)にならないようにしましょう。
 『片脚立ちファンクショナルリーチ』は身長に対する割合が50%を越えるようにしましょう。

2020年 Komuro Consulting Group チーム バレーボール体力・形態指数《重要12項目》 レーダーチャート

氏名 ■■■■ 身長 197.2 cm 体重 78.8 kg BMI 20.3 FAT 11.6 LBM 69.7 ポジション WS 2020.07.24 作成

Discover The "NEXT" Generation of Talent & The Insatiable Quest for Special "ONE"

日付	no.	氏名	20mスプリント		プロアジリティーテスト		T-Test		ランニングジャンプ		ブロックジャンプ ロスオーバー		両脚3回跳		オーバーヘッドスロー		バックスロー		フロントスロー		片脚ファンクショナルリーチ		YO-YO テスト		30秒シットアップ		総得点 Allpts	総順位 Rank		
			記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点	記録	得点			記録	得点
			sec	pts	sec	pts	sec	pts	cm	pts	cm	pts	m	pts	m	pts	m	pts	m	pts	m	pts	%	pts	m	pts			回	pts
2020.07.24	5	■■■■	3.00	60	4.61	59	9.02	80	100	80	88	78	8.32	73	13.55	75	15.20	52	13.25	42	51.0	65	520	52	35	70	786	3		



◆【機能面】コメント

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。

* 最高の笑顔と共に再会できる日を心から楽しみにしております *

◆【形態面】

	2020.07.24				備考
身長 (CM)	197.2				
体重 (KG)	78.80				
体脂肪率	11.6				
BMI	20.3				
除脂肪体重	69.67				

◆【柔軟性・バランス】

	2020.07.24					備考
立位体前屈	18.0					
開脚	166.0					
開脚-身長	-31.2					
バックラッチ (右左)	0.0	-6.0				
片脚FR (右左)	100.0	101.0				
片脚FR指数 (%)	50.7	51.2				

- ※ %FAT (体脂肪率) は 13.0%以下 を基準とする
- ※ BMI は 22.0 ~ 25.0 を標準範囲【VB男子:大学生・シニア】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-GPA バレーボール指数
1.8 136

◆【形態面・柔軟性・バランス】コメント

『立位体前屈』『開脚-身長』『バックラッチ』はマイナス(-)にならないようにしましょう。『片脚立ちファンクショナルリーチ』は身長に対する割合が50%を越えるようにしましょう。