



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>> (800点満点)



2020.07.24 Komuro Consulting Group トレセン Copyright(C) KCG : Komuro Consulting Group CEO 小室匡史 / Masashi KOMURO. All Rights Reserved.

no.	氏名	学年	チーム名/ 学校名	身長	体重	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 All pts	総順位 Rank
						記録 sec	得点 pts	記録 sec	得点 pts	記録 cm	得点 pts	記録 cm	得点 pts	記録 m	得点 pts	記録 m	得点 pts	記録 m	得点 pts	記録 m	得点 pts		
1	■■■■	中3	◆◆◆中学校	191.0	83.60	2.82	78	4.22	98	74	64	85	65	10.20	92	14.05	80	760	76	38	76	629	1
2	■■■■	中3	◆◆学園中学校	173.2	66.90	3.07	53	4.67	53	79	69	99	79	8.45	75	12.35	63	400	40	37	74	506	4
3	■■■■	中3	◆◆市立東中学校	189.1	83.50	2.98	62	4.73	47	73	62	85	65	8.12	71	14.05	80	560	56	26	52	495	5
4	■■■■	中3	◆◆市立西中学校	202.0	102.00	2.98	62	4.70	50	95	85	115	95	9.30	83	16.05	100	360	36	36	72	583	2
5	■■■■	高1	◆◆付属中学校	197.2	78.80	3.00	60	4.61	59	83	73	100	80	8.32	73	13.55	75	520	52	35	70	542	3
6																							
7																							
8																							
9																							
10																							
11																							
12																							
13																							
14																							
15																							
16																							
17																							
18																							
19																							
20																							
21																							
22																							
23																							
24																							
25																							
26																							
27																							
28																							
29																							
30																							
平均値・平均点						2.97	63	4.59	61	81	71	97	77	8.88	79	14.01	80	520	52	34	69	551	
標準偏差						0.09	9	0.21	21	9	9	13	12	0.87	9	1.34	13	157	16	5	10	56	
最高値・最高点						2.82	78	4.22	98	95	85	115	95	10.20	92	16.05	100	760	76	38	76	629	
最低値・最低点						3.07	53	4.73	47	73	62	85	65	8.12	71	12.35	63	360	36	26	52	495	
中央値・中央点						2.98	62	4.67	53	79	69	99	79	8.45	75	14.05	80	520	52	36	72	542	



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》(1,200点満点)



2020.07.24 Komuro Consulting Group トレセン Copyright(C) KCG : Komuro Consulting Group CEO 小室匡史 / Masashi KOMURO. All Rights Reserved.

no.	氏名	20mスプリント		フロアジリティーテスト		垂直跳		ランニングジャンプ		フロッグジャンプクロスオーバー		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ナ		YO-YO テスト		30秒シットアップ		総得点	総順位
		記録 sec	得点 pts	記録 sec	得点 pts	記録 cm	得点 pts	記録 cm	得点 pts	記録 cm	得点 pts	記録 m	得点 pts	記録 m	得点 pts	記録 m	得点 pts	記録 m	得点 pts	記録 m	得点 pts	指数 cm	得点 pts	記録 m	得点 pts		
1	■■■■	2.82	78	4.22	98	74.00	64	85	65	75	65	10.20	92	14.05	80	16.40	64	14.45	54	50.0	60	760	76	38	76	872	2
2	■■■■	3.07	53	4.67	53	79.00	69	99	79	86	76	8.45	75	12.35	63	13.55	35	12.00	30	51.0	65	400	40	37	74	712	5
3	■■■■	2.98	62	4.73	47	72.50	62	85	65	76	65	8.12	71	14.05	80	16.00	60	14.05	50	49.0	55	560	56	26	52	725	4
4	■■■■	2.98	62	4.70	50	95.00	85	115	95	105	95	9.30	83	16.05	100	18.20	82	16.35	73	47.0	45	360	36	36	72	878	1
5	■■■■	3.00	60	4.61	59	83.00	73	100	80	88	78	8.32	73	13.55	75	15.20	52	13.25	42	51.0	65	520	52	35	70	779	3
6																											
7																											
8																											
9																											
10																											
11																											
12																											
13																											
14																											
15																											
16																											
17																											
18																											
19																											
20																											
21																											
22																											
23																											
24																											
25																											
26																											
27																											
28																											
29																											
30																											
平均値・平均点		2.97	63	4.59	61	80.70	71	97	77	86	76	8.88	79	14.01	80	15.87	59	14.02	50	49.6	58	520	52	34	69	793	
標準偏差		0.09	9	0.21	21	9.01	9	13	12	12	12	0.87	9	1.34	13	1.70	17	1.60	16	1.7	8	157	16	5	10	79	
最高値・最高点		2.82	78	4.22	98	95.00	85	115	95	105	95	10.20	92	16.05	100	18.20	82	16.35	73	51.0	65	760	76	38	76	878	
最低値・最低点		3.07	53	4.73	47	72.50	62	85	65	75	65	8.12	71	12.35	63	13.55	35	12.00	30	47.0	45	360	36	26	52	712	
中央値・中央点		2.98	62	4.67	53	79.00	69	99	79	86	76	8.45	75	14.05	80	16.00	60	14.05	50	50.0	60	520	52	36	72	779	



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>> 柔軟性 / バランス



2020.07.24 Komuro Consulting Group トレセン Copyright(C) KCG : Komuro Consulting Group CEO 小室匡史 / Masashi KOMURO. All Rights Reserved.

no.	氏名	生年月日	年齢	利き腕	身長	体重	BMI	体脂肪率 (FAT)	除脂肪体重 (LBM)	バックラッチ		開脚	開脚-身長	立位体前屈	片脚ファンクショナルリーチ			
										右上	左上				右手	右手/身長	左手	左手/身長
										cm	cm	cm	cm	cm	cm	cm	cm	
1	■■■■	2008年4月4日	12	右	191.0	83.60	22.9	13.9	72.0	-2.0	6.0	181.0	-10.0	6.5	95.0	49.7	95.0	49.7
2	■■■■	2008年5月5日	12	右	173.2	66.90	22.3	17.7	55.1	7.0	-3.0	176.0	2.8	0.0	88.0	50.8	86.0	49.7
3	■■■■	2009年1月1日	11	右	189.1	83.50	23.4	15.0	71.0	15.0	9.0	171.0	-18.1	18.0	93.0	49.2	93.0	49.2
4	■■■■	2009年2月2日	11	左	202.0	102.00	25.0	14.4	87.3	8.0	0.0	186.0	-16.0	17.0	91.0	45.0	95.0	47.0
5	■■■■	2008年3月3日	12	右	197.2	78.80	20.3	14.4	67.4	0.0	-6.0	166.0	-31.2	18.0	100.0	50.7	101.0	51.2
6																		
7																		
8																		
9																		
10																		
11																		
12																		
13																		
14																		
15																		
16																		
17																		
18																		
19																		
20																		
21																		
22																		
23																		
24																		
25																		
26																		
27																		
28																		
29																		
30																		
平均値					190.5	82.96	22.8	15.1	70.6	5.6	1.2	176.0	-14.5	11.9	93.4	49.1	94.0	49.4
標準偏差					10.9	12.63	1.7	1.5	11.5	6.8	6.2	7.9	12.4	8.2	4.5	2.4	5.4	1.5
最高値					202.0	102.00	20.3	13.9	87.3	15.0	9.0	186.0	2.8	18.0	100.0	50.8	101.0	51.2
最低値					173.2	66.90	25.0	17.7	55.1	-2.0	-6.0	166.0	-31.2	0.0	88.0	45.0	86.0	47.0
中央値					191.0	83.50	22.9	14.4	71.0	7.0	0.0	176.0	-16.0	17.0	93.0	49.7	95.0	49.7



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》 ボールスピード：ジャンプサーブ



2020.07.24 Komuro Consulting Group トレセン Copyright(C) KCG : Komuro Consulting Group CEO 小室匡史 / Masashi KOMURO. All Rights Reserved.

no.	氏名	ジャンプサーブ										個人				
		1st km	2nd km	3rd km	4th km	5th km	6th km	7th km	8th km	9th km	10th km	平均値	標準偏差	最高値	最低値	中央値
1	■■■■	100.0	108.0	105.0	105.5	106.0	103.0	107.5	98.5	102.0	102.5	103.8	3.1	108.0	98.5	104.0
2	■■■■	82.5	79.5	83.0	83.5	82.0	85.5	81.5	79.5	82.0	83.0	82.2	1.8	85.5	79.5	82.3
3	■■■■	93.5	97.5	98.0	99.0	101.0	101.5	97.5	95.0	94.5	101.0	97.9	2.8	101.5	93.5	97.8
4	■■■■	103.0	103.5	100.0	92.5	88.5	104.0	101.0	101.5	99.5	100.0	99.4	5.0	104.0	88.5	100.5
5	■■■■	101.0	97.5	98.0	99.5	100.0	100.0	89.5	92.0	94.0	98.5	97.0	3.9	101.0	89.5	98.3
6																
7																
8																
9																
10																
11																
12																
13																
14																
15																
16																
17																
18																
19																
20																
21																
22																
23																
24																
25																
26																
27																
28																
29																
30																
チーム	平均値	96.0	97.2	96.8	96.0	95.5	98.8	95.4	93.3	94.4	97.0					
	標準偏差	8.3	10.8	8.2	8.4	9.9	7.6	10.1	8.5	7.7	8.0					
	最高値	103.0	108.0	105.0	105.5	106.0	104.0	107.5	101.5	102.0	102.5					
	最低値	82.5	79.5	83.0	83.5	82.0	85.5	81.5	79.5	82.0	83.0					
	中央値	100.0	97.5	98.0	99.0	100.0	101.5	97.5	95.0	94.5	100.0					