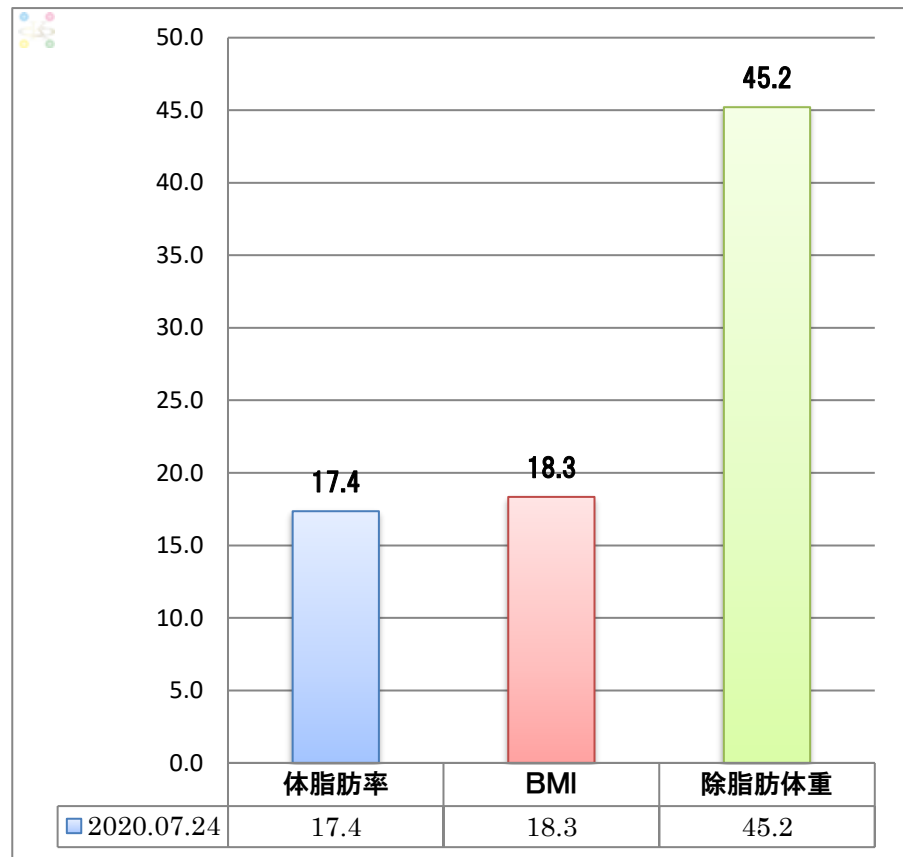
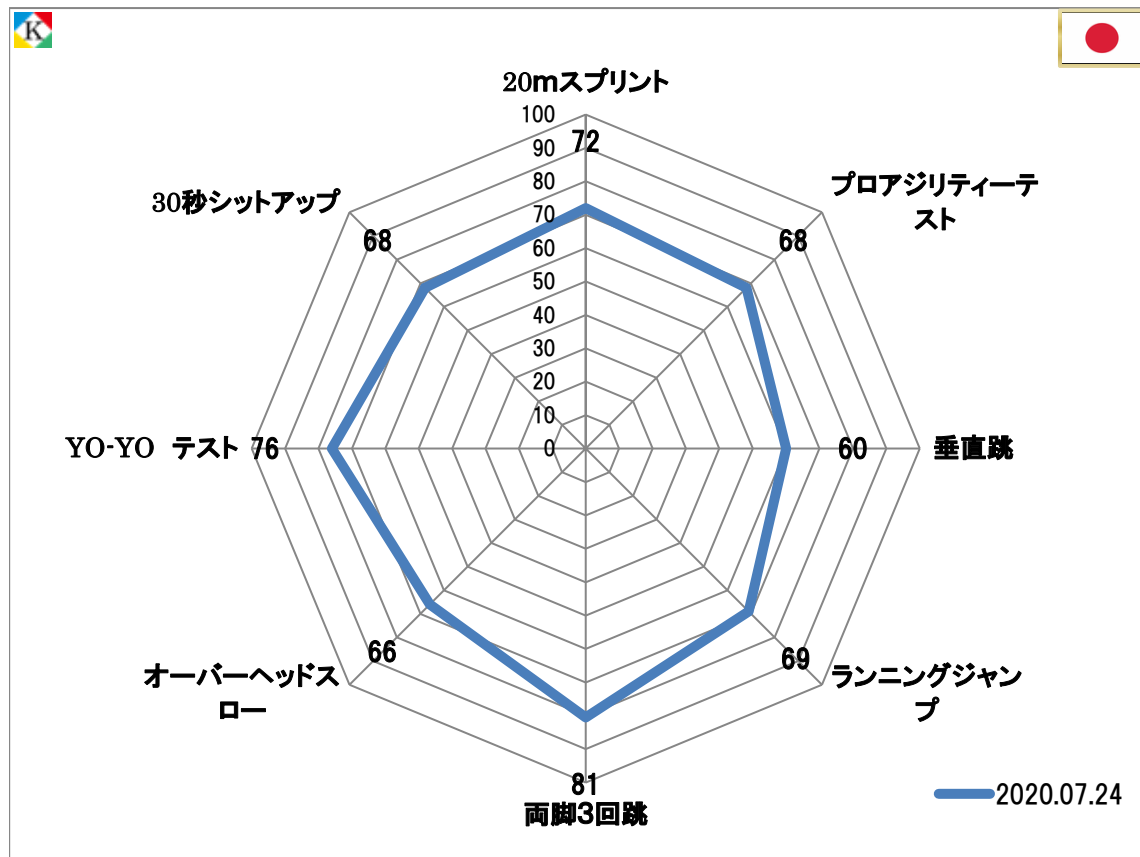


2020年 Komuro Consulting Group チーム バレーボール体力・形態指数《重要8項目》 レーダーチャート

氏名 ■■■■ 身長 172.7 cm 体重 54.7 kg ポジション OH 2020.07.24 作成

The Volleyball for "YOU"

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 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 回	得点 pts		
2020.07.24	1	■■■■	3.28	72	4.92	68	50	60	69	69	8.05	81	12.60	66	1320	76	34	68	560	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 20.0%以下を基準とする
 ※ BMI は 18.0 ~ 23.0 を標準範囲【VB女子: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

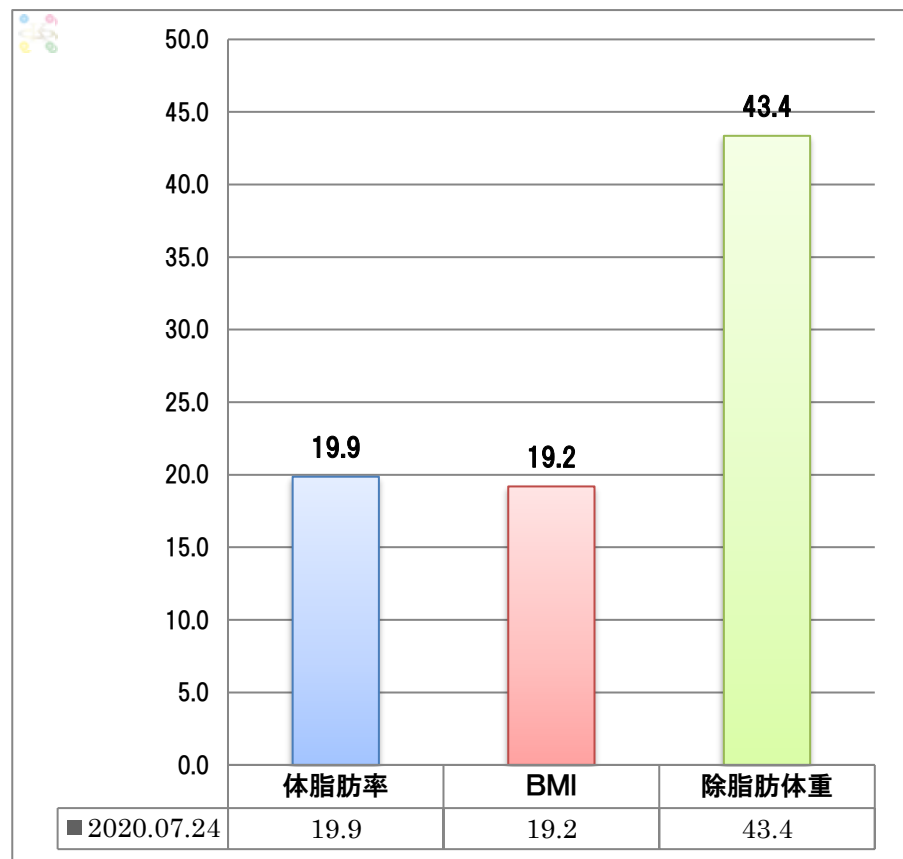
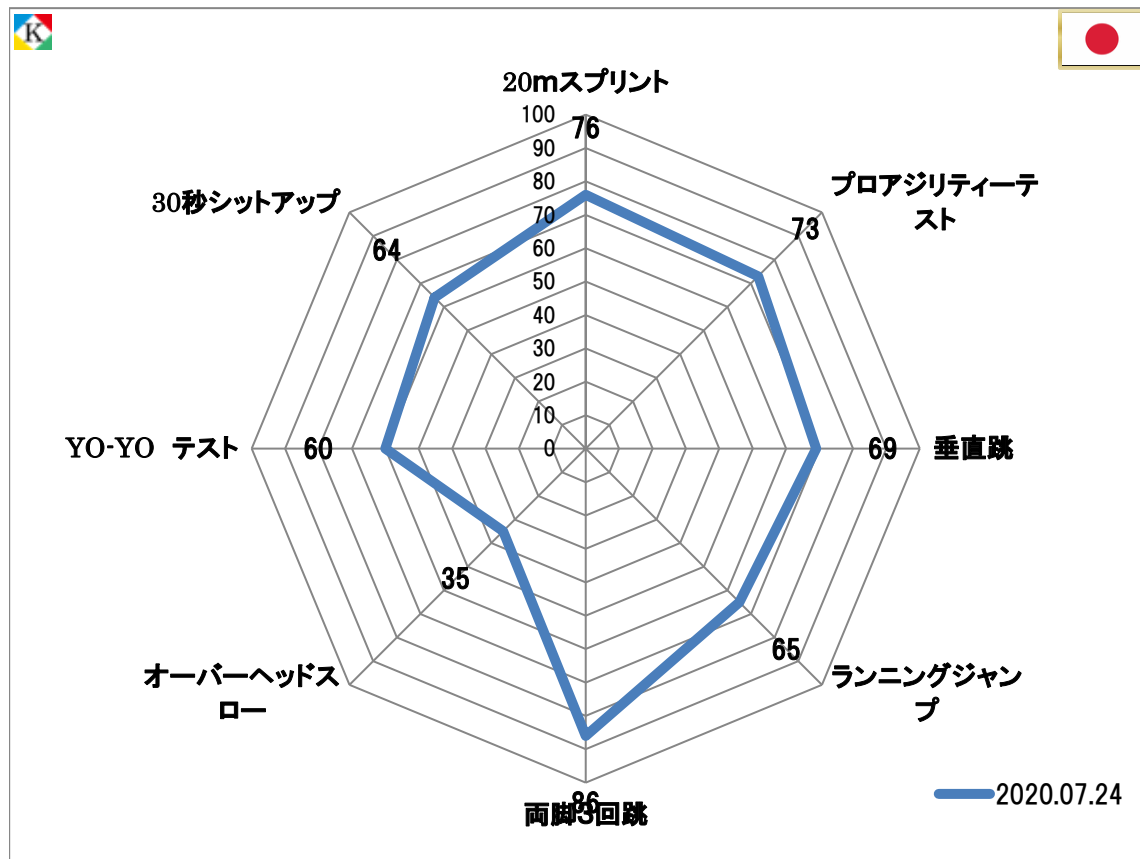
98

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 167.9 cm 体重 54.1 kg ポジション WS/MB 2020.07.24 作成

The Volleyball for "YOU"

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 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 回	得点 pts		
2020.07.24	2	■■■■	3.24	76	4.87	73	59	69	65	65	8.60	86	9.50	35	1000	60	32	64	528	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 20.0%以下を基準とする
 ※ BMI は 18.0 ~ 23.0 を標準範囲【VB女子: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

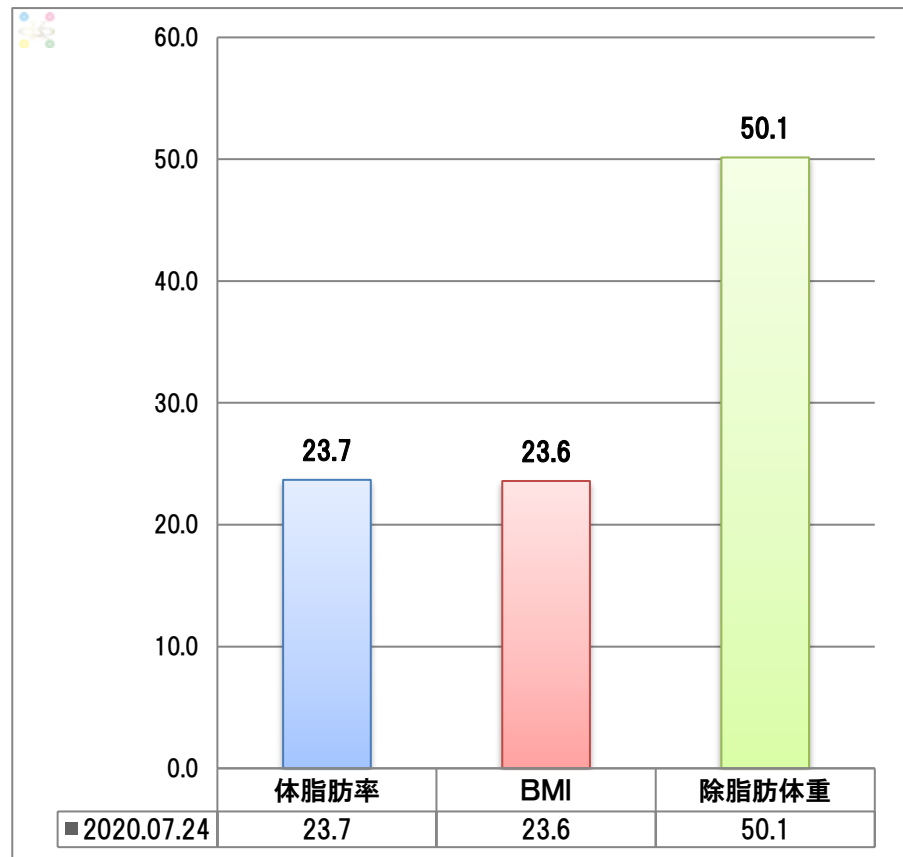
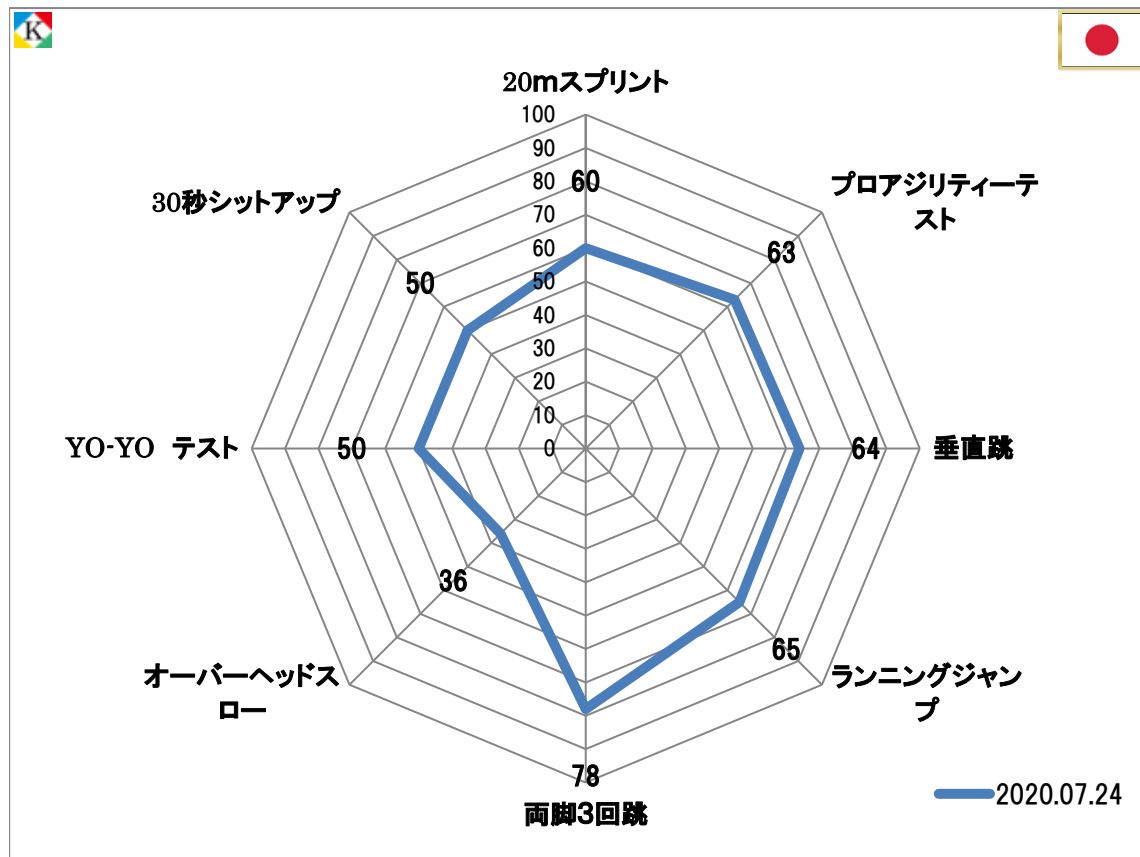
バレーボール指数
82

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 166.9 cm 体重 65.7 kg ポジション L 2020.07.24 作成

The Volleyball for "YOU"

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 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 回	得点 pts		
2020.07.24	3	■■■■	3.40	60	4.97	63	55	64	65	65	7.80	78	9.60	36	800	50	25	50	466	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 20.0%以下を基準とする
 ※ BMI は 18.0 ~ 23.0 を標準範囲【VB女子: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

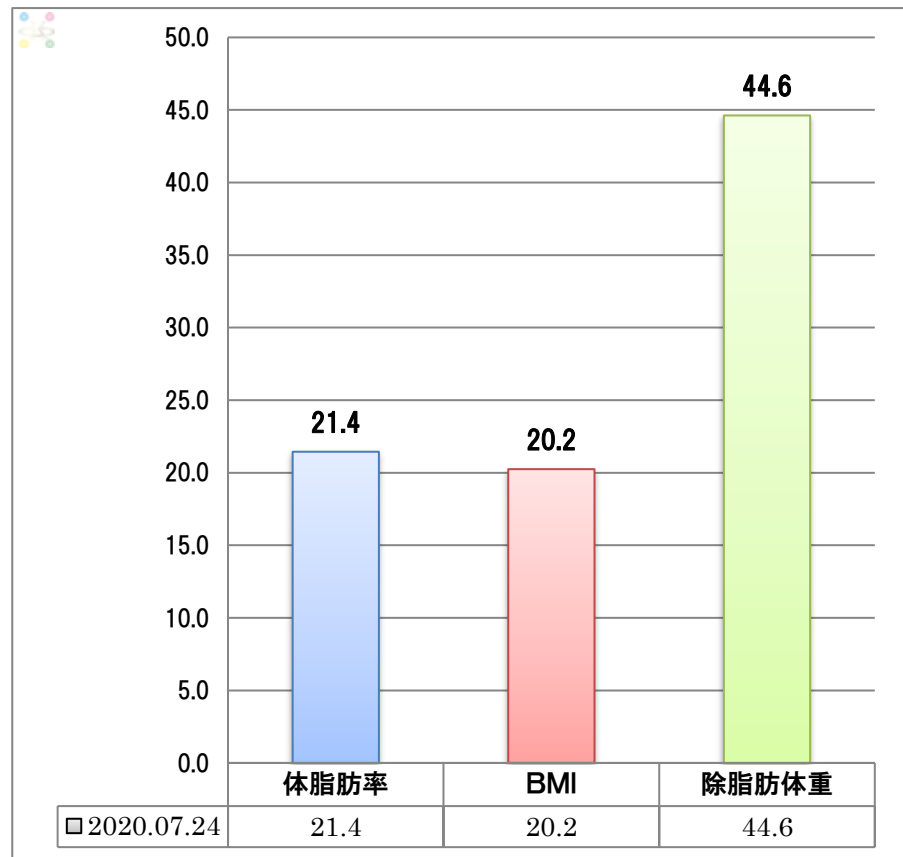
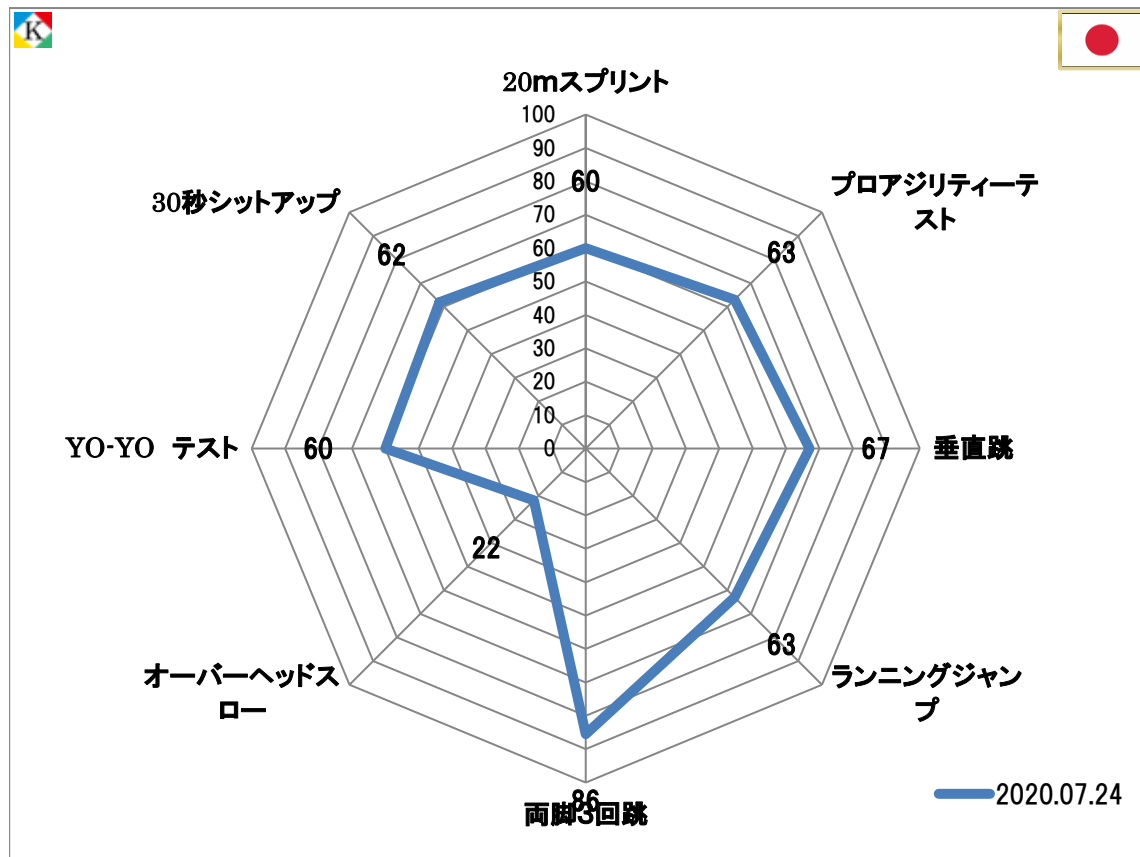
バレーボール指数 **80**

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 167.5 cm 体重 56.8 kg ポジション S 2020.07.24 作成

The Volleyball for "YOU"

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 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 回	得点 pts		
2020.07.24	4	■■■■	3.40	60	4.97	63	58	67	63	63	8.55	86	8.20	22	1000	60	31	62	483	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 20.0%以下を基準とする
 ※ BMI は 18.0 ~ 23.0 を標準範囲【VB女子: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

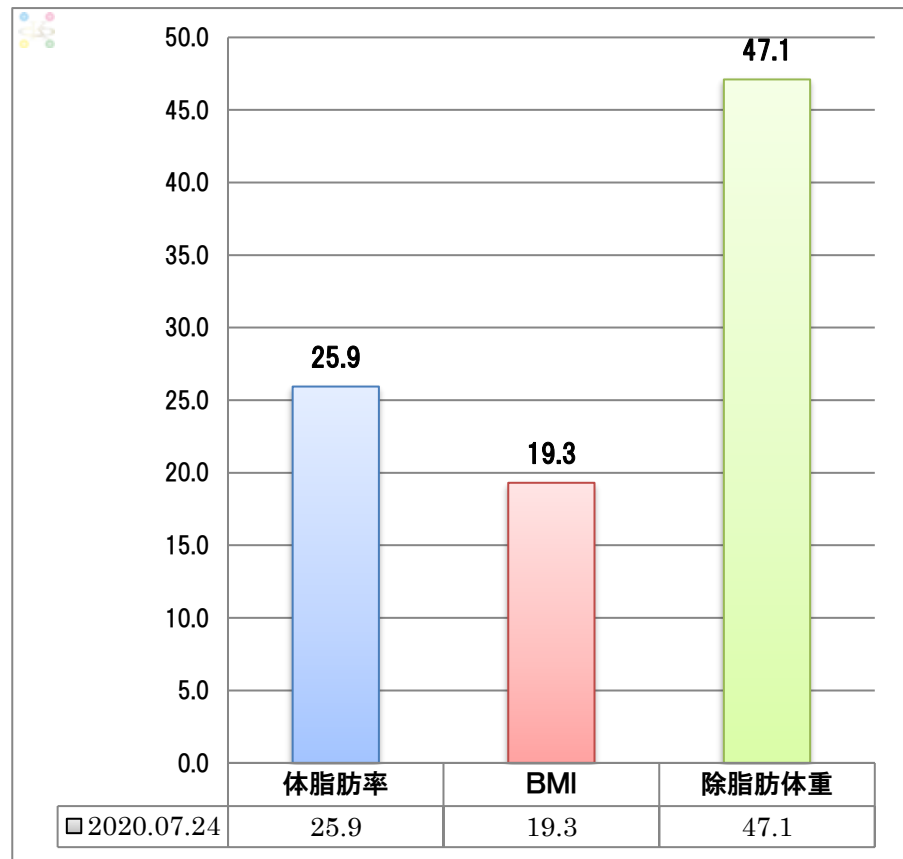
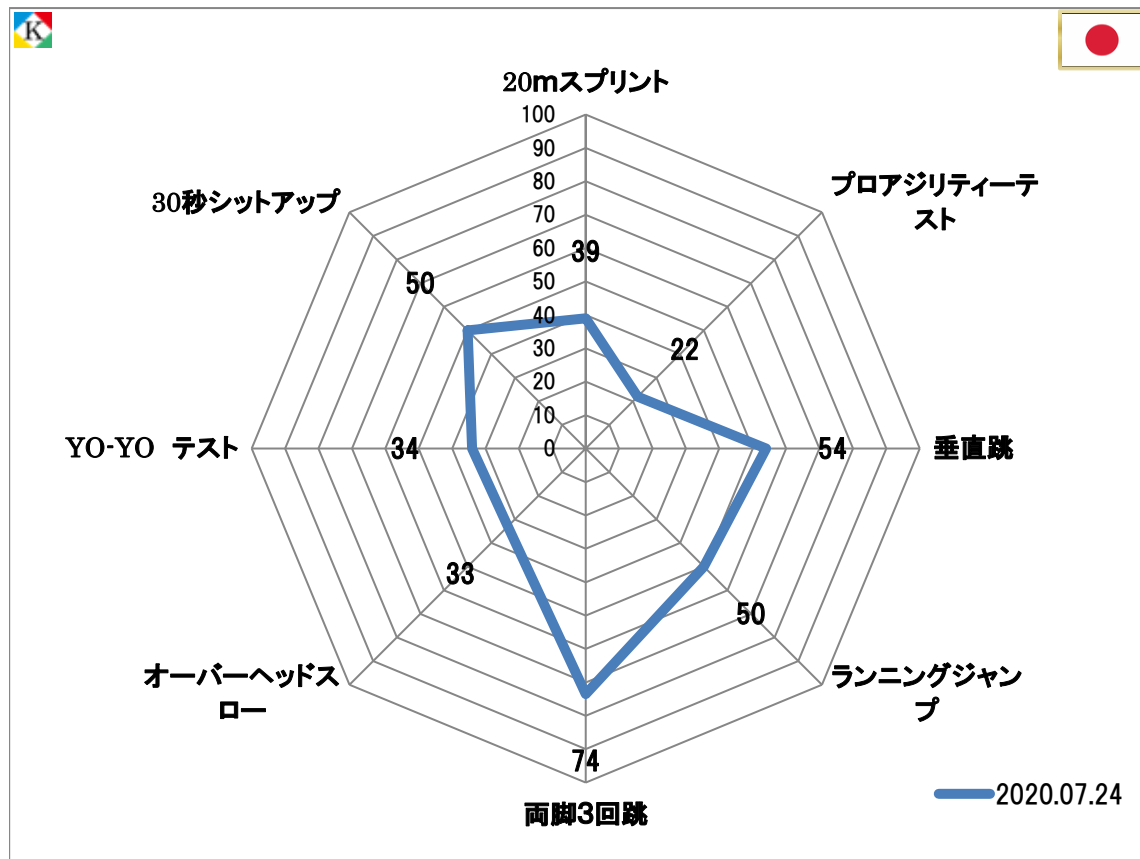
バレーボール指数
79

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 181.5 cm 体重 63.6 kg ポジション OP 2020.07.24 作成

The Volleyball for "YOU"

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 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 回	得点 pts		
2020.07.24	5	■■■■	3.61	39	5.38	22	44	54	50	50	7.35	74	9.30	33	480	34	25	50	356	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 20.0%以下を基準とする
 ※ BMI は 18.0 ~ 23.0 を標準範囲【VB女子: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
95