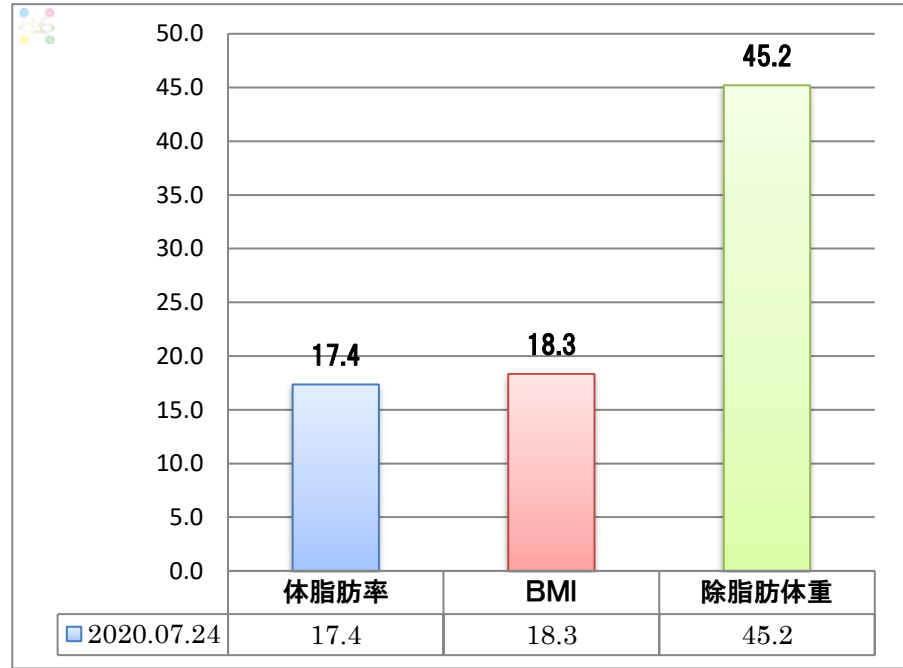
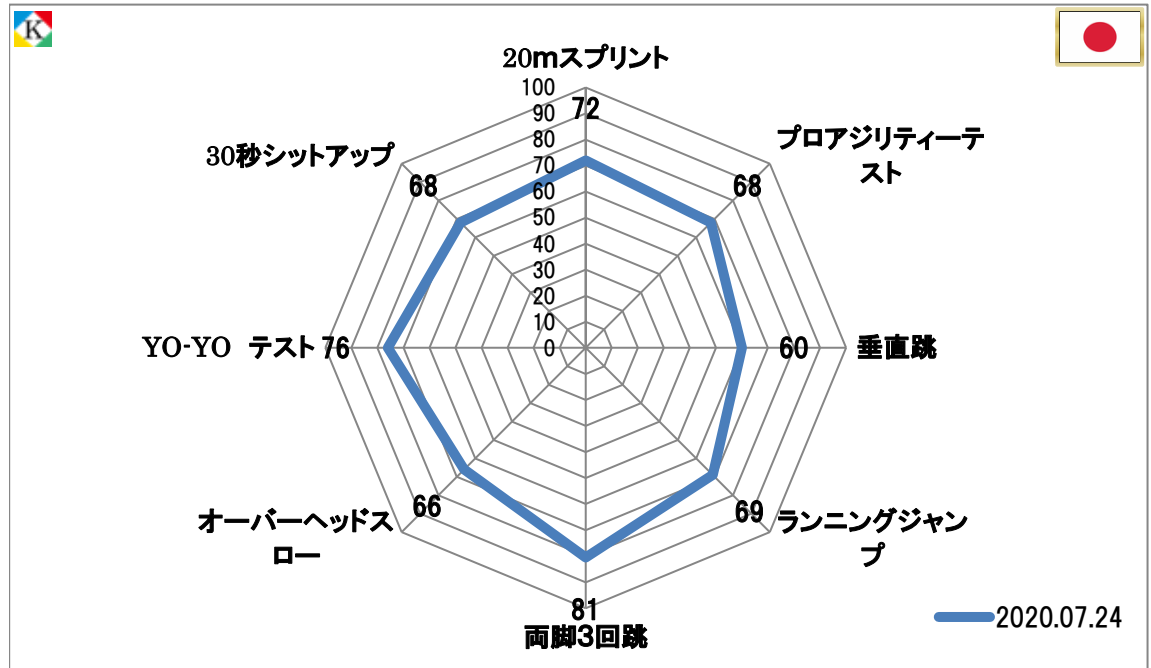


2020年 Komuro Consulting Group チーム バレーボール体力・形態指数《重要8項目》 レーダーチャート

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

"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 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

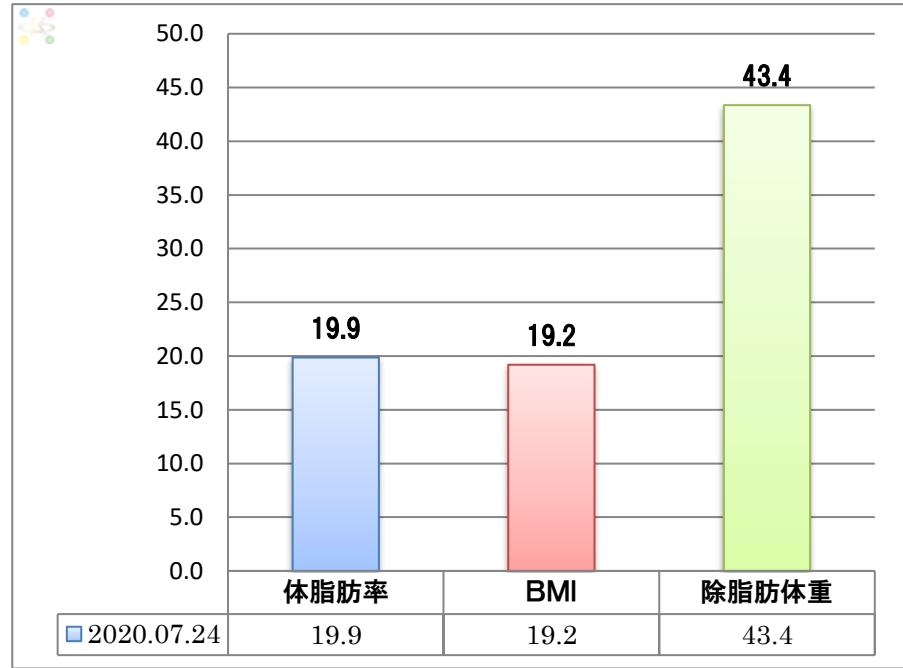
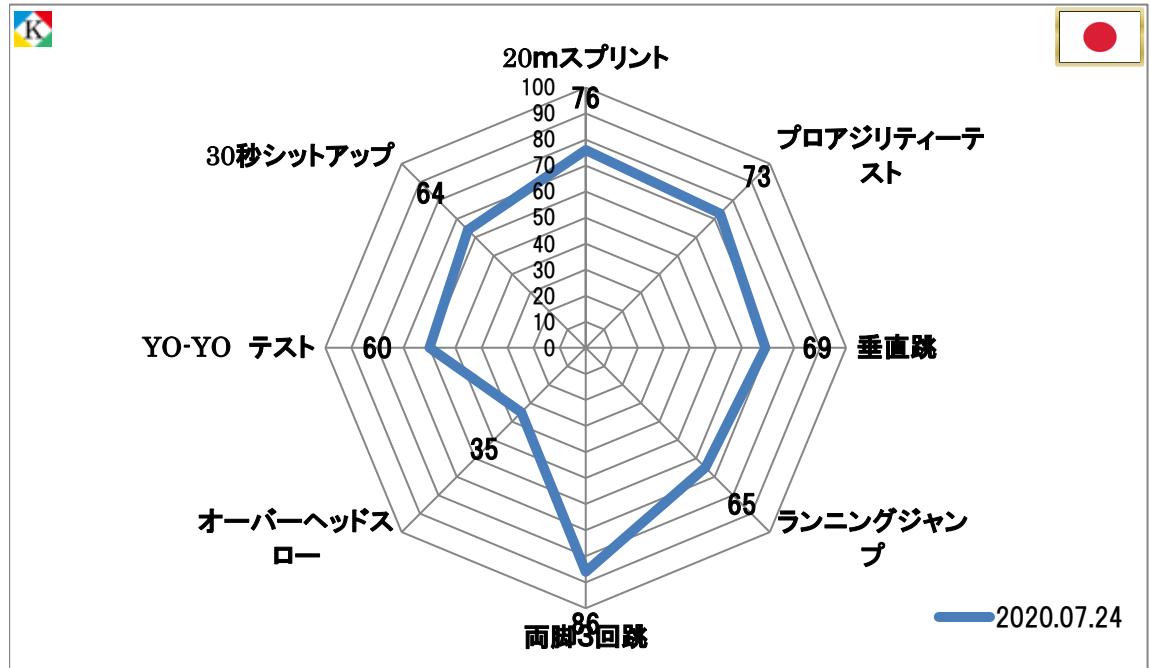
バレーボール指数
98

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

"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 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.

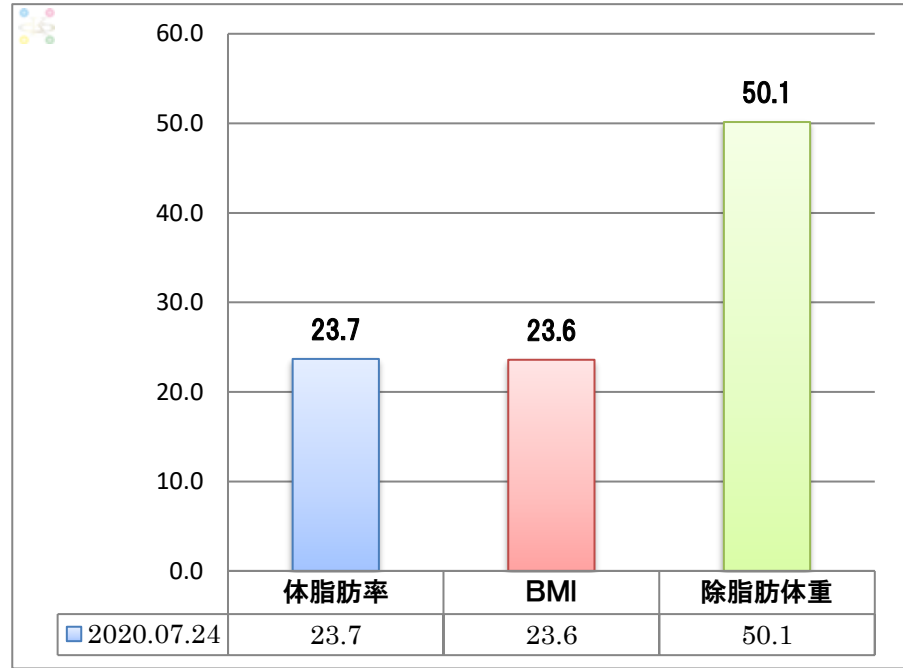
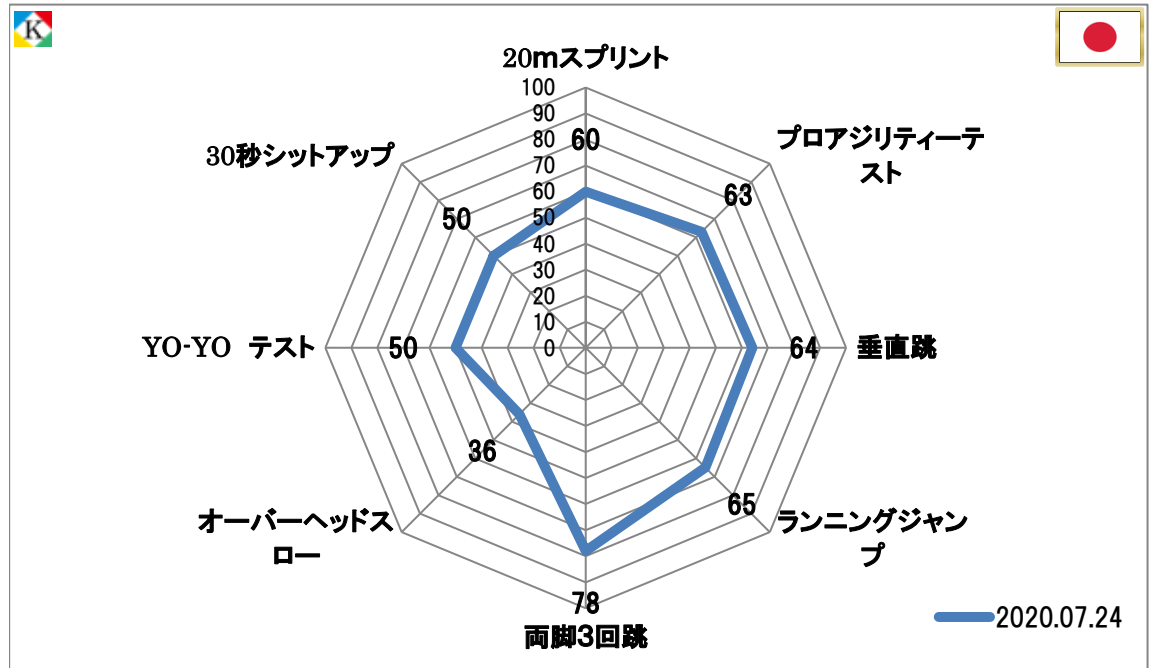
※ %FAT (体脂肪率) は 20.0%以下を基準とする
 ※ BMI は 18.0 ~ 23.0 を標準範囲【VB女子:中学生】とする
 ※ LBM : Lean Body Mass (除脂肪体重) は増加傾向が望ましい
 バレーボール指数 **82**

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

"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 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.

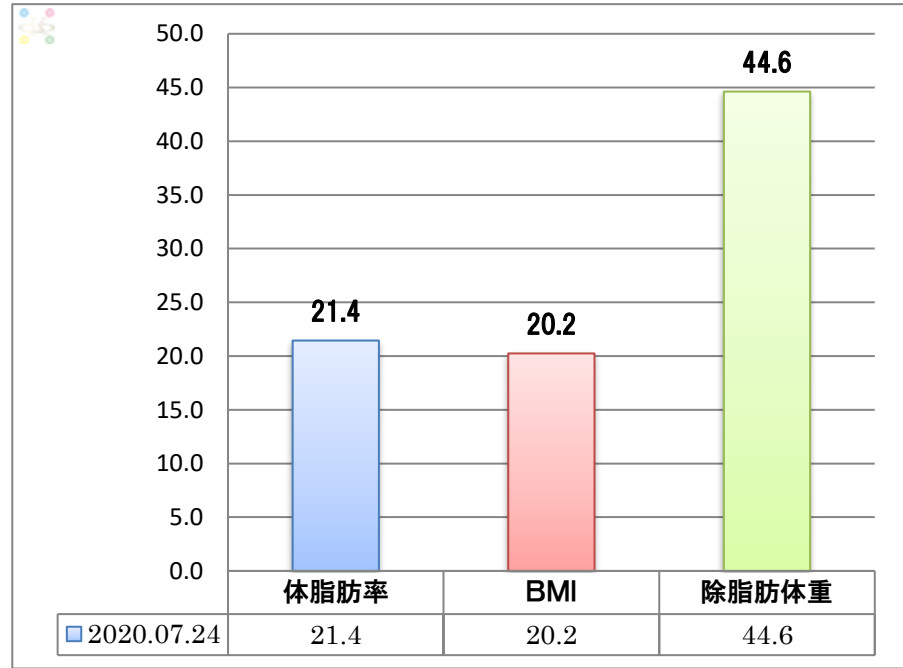
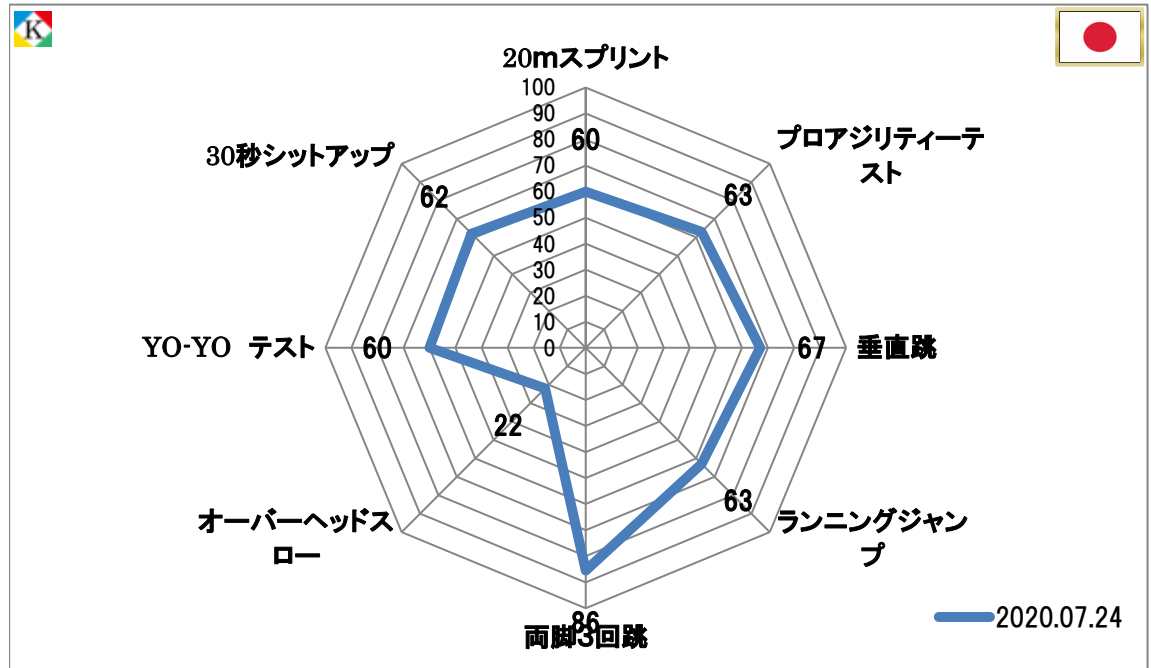
※ %FAT (体脂肪率) は 20.0%以下を基準とする
 ※ BMI は 18.0 ~ 23.0 を標準範囲【VB女子:中学生】とする
 ※ LBM : Lean Body Mass (除脂肪体重) は増加傾向が望ましい
 バレーボール指数 **80**

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

"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 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.

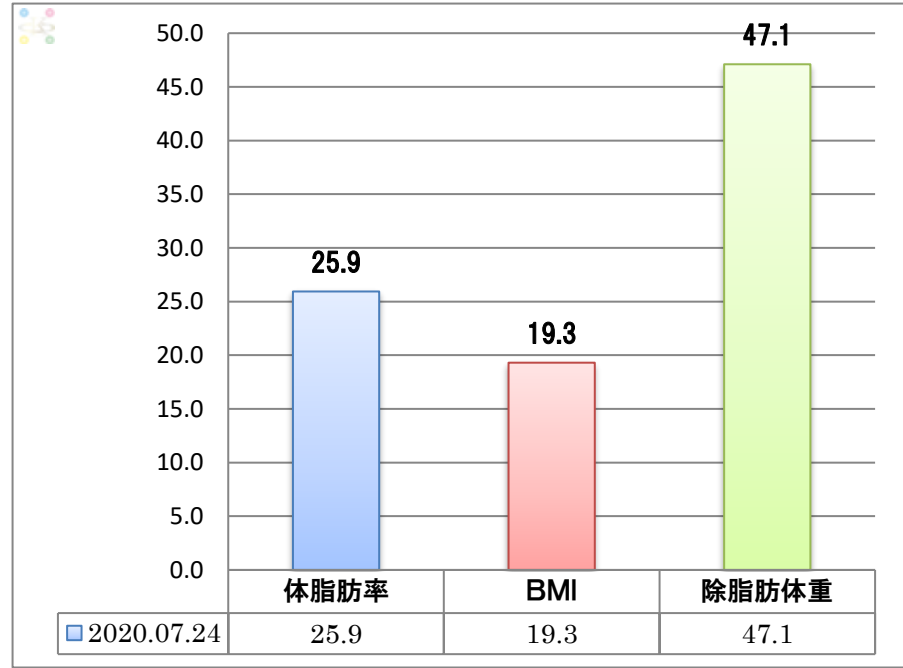
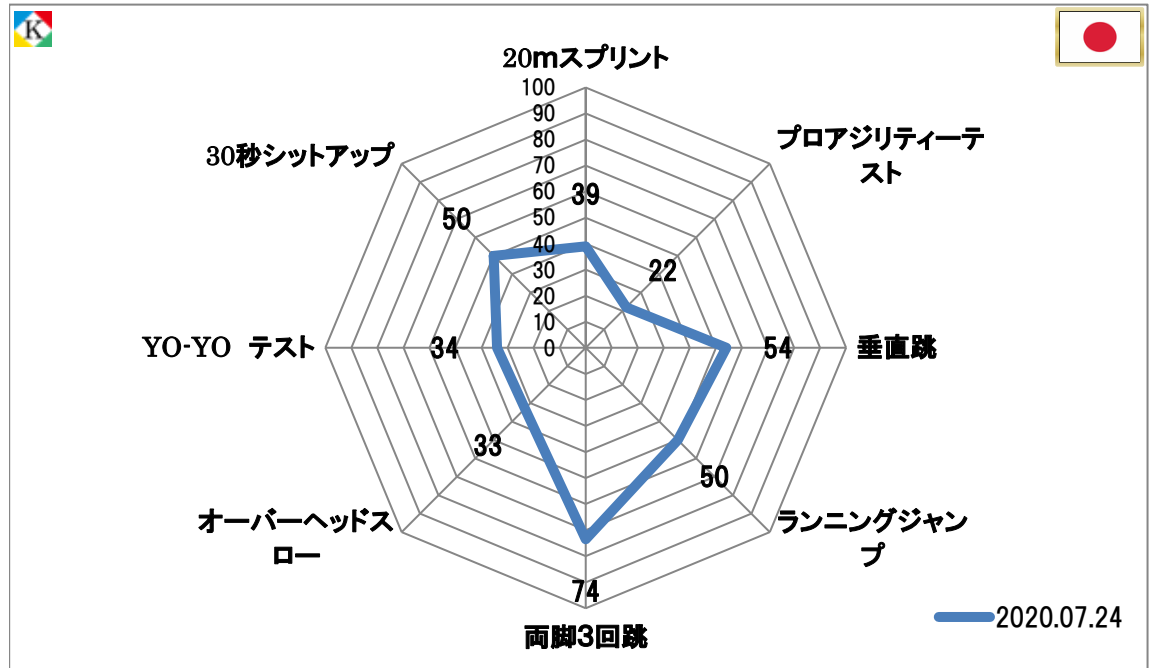
※ %FAT (体脂肪率) は 20.0%以下を基準とする
 ※ BMI は 18.0 ~ 23.0 を標準範囲【VB女子:中学生】とする
 ※ LBM : Lean Body Mass (除脂肪体重) は増加傾向が望ましい
 バレーボール指数 **79**

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

"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 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**