



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 回	得点 pts		
1	■■■■	中3	◆◆◆中学校	172.7	54.70	3.28	72	4.92	68	50	60	69	69	8.05	81	12.60	66	1320	76	34	68	560	1
2	■■■■	中3	◆◆学園中学校	167.9	54.10	3.24	76	4.87	73	59	69	65	65	8.60	86	9.50	35	1000	60	32	64	528	2
3	■■■■	中2	◆◆市立東中学校	166.9	65.70	3.40	60	4.97	63	55	64	65	65	7.80	78	9.60	36	800	50	25	50	466	4
4	■■■■	中3	◆◆市立西中学校	167.5	56.80	3.40	60	4.97	63	58	67	63	63	8.55	86	8.20	22	1000	60	31	62	483	3
5	■■■■	中3	◆◆付属中学校	181.5	63.60	3.61	39	5.38	22	44	54	50	50	7.35	74	9.30	33	480	34	25	50	356	5
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						3.39	61	5.02	58	53	63	62	62	8.07	81	9.84	38	920	56	29	59	478	
標準偏差						0.14	14	0.20	20	6	6	7	7	0.53	5	1.64	16	309	15	4	8	78	
最高値・最高点						3.24	76	4.87	73	59	69	69	69	8.60	86	12.60	66	1320	76	34	68	560	
最低値・最低点						3.61	39	5.38	22	44	54	50	50	7.35	74	8.20	22	480	34	25	50	356	
中央値・中央点						3.40	60	4.97	63	55	64	65	65	8.05	81	9.50	35	1000	60	31	62	483	



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 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	指数 cm	得点 pts	記録 m	得点 pts			記録 回
1	■■■■	3.28	72	4.92	68	50.00	60	69	69	50	60	8.05	81	12.60	66	11.50	65	12.00	80	50.0	60	1320	76	34	68	825	1	
2	■■■■	3.24	76	4.87	73	59.00	69	65	65	51	61	8.60	86	9.50	35	8.80	38	8.50	45	51.0	65	1000	60	32	64	737	2	
3	■■■■	3.40	60	4.97	63	54.50	64	65	65	52	61	7.80	78	9.60	36	8.30	33	8.10	41	49.0	55	800	50	25	50	656	3	
4	■■■■	3.40	60	4.97	63	57.50	67	63	63	53	62	8.55	86	8.20	22	7.20	22	6.50	25	49.0	55	1000	60	31	62	647	4	
5	■■■■	3.61	39	5.38	22	44.00	54	50	50	39	49	7.35	74	9.30	33	8.00	30	8.05	40	50.0	60	480	34	25	50	535	5	
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		3.39	61	5.02	58	53.00	63	62	62	49	59	8.07	81	9.84	38	8.76	38	8.63	46	49.8	59	920	56	29	59	680		
標準偏差		0.14	14	0.20	20	6.09	6	7	7	6	5	0.53	5	1.64	16	1.64	16	2.03	20	0.8	4	309	15	4	8	108		
最高値・最高点		3.24	76	4.87	73	59.00	69	69	69	53	62	8.60	86	12.60	66	11.50	65	12.00	80	51.0	65	1320	76	34	68	825		
最低値・最低点		3.61	39	5.38	22	44.00	54	50	50	39	49	7.35	74	8.20	22	7.20	22	6.50	25	49.0	55	480	34	25	50	535		
中央値・中央点		3.40	60	4.97	63	54.50	64	65	65	51	61	8.05	81	9.50	35	8.30	33	8.10	41	50.0	60	1000	60	31	62	656		



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6月6日	12	右	172.7	54.70	18.3	17.4	45.2	16.0	12.0	207.0	34.3	4.0	86.0	49.8	88.0	51.0
2	■■■■	2008年7月7日	12	右	167.9	54.10	19.2	19.9	43.4	-10.0	5.0	168.0	0.1	3.0	85.0	50.6	89.0	53.0
3	■■■■	2009年8月8日	10	右	166.9	65.70	23.6	23.7	50.1	16.0	5.0	180.0	13.1	22.0	82.0	49.1	87.0	52.1
4	■■■■	2008年9月9日	11	左	167.5	56.80	20.2	21.4	44.6	8.5	6.0	153.0	-14.5	12.0	85.0	50.7	82.0	49.0
5	■■■■	2008年10月10日	11	右	181.5	63.60	19.3	25.9	47.1	16.0	-6.0	188.0	6.5	14.0	90.0	49.6	89.0	49.0
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					171.3	58.98	20.1	21.7	46.1	9.3	4.4	179.2	7.9	11.0	85.6	50.0	87.0	50.8
標準偏差					6.2	5.32	2.0	3.3	2.6	11.3	6.5	20.4	17.9	7.8	2.9	0.7	2.9	1.8
最高値					181.5	65.70	18.3	17.4	50.1	16.0	12.0	207.0	34.3	22.0	90.0	50.7	89.0	53.0
最低値					166.9	54.10	23.6	25.9	43.4	-10.0	-6.0	153.0	-14.5	3.0	82.0	49.1	82.0	49.0
中央値					167.9	56.80	19.3	21.4	45.2	16.0	5.0	180.0	6.5	12.0	85.0	49.8	88.0	51.0



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	92.5	93.5	78.5	89.5	91.0	75.0	83.5	88.0	91.0	88.3	7.4	100.0	75.0	90.3
2	■■■■	78.5	82.0	85.0	50.5	62.5	72.0	73.0	75.5	82.0	85.5	74.7	11.0	85.5	50.5	77.0
3	■■■■	77.0	70.0	78.0	81.0	80.0	79.5	77.0	69.0	73.0	75.5	76.0	4.1	81.0	69.0	77.0
4	■■■■	69.5	65.0	66.5	70.0	72.0	68.5	67.0	69.0	65.0	68.5	68.1	2.2	72.0	65.0	68.5
5	■■■■	93.0	91.5	94.0	93.5	90.0	87.5	85.0	89.5	101.0	98.0	92.3	4.8	101.0	85.0	92.3
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	83.6	80.2	83.4	74.7	78.8	79.7	75.4	77.3	81.8	83.7					
	標準偏差	12.5	12.4	11.5	15.9	11.8	9.7	6.5	9.1	13.8	11.8					
	最高値	100.0	92.5	94.0	93.5	90.0	91.0	85.0	89.5	101.0	98.0					
	最低値	69.5	65.0	66.5	50.5	62.5	68.5	67.0	69.0	65.0	68.5					
	中央値	78.5	82.0	85.0	78.5	80.0	79.5	75.0	75.5	82.0	85.5					