

清流の国ジュニアアスリート育成プロジェクト(岐阜県競技スポーツ課と連携)
開始式・共通プログラム(運動能力測定)【1期生・2期生】

本プロジェクトに参加する、第1・2期生74人の開始式を行い、本年度のプログラムがスタートしました。その後、運動能力の伸びがわかるように、1年前と同じ6つの種目を測定しました。岐阜県スポーツ科学センター(GSSC)の最新の機材を使った測定に、全力で取り組みました。

日 時	平成29年4月29日(土・祝) 18:00~20:00
会 場	岐阜メモリアルセンター (ふれ愛ドーム)
測定員	岐阜大学 春日 晃章 先生 岐阜県スポーツ科学センター(GSSC)職員 岐阜大学、岐阜聖徳学園大学の大学院生・大学生
目 的	運動能力測定を定期的に行い、現在の運動能力を記録・蓄積するとともに、過去のデータと照合して体力分析を行い、個々の体力的課題を明確にする。
測定種目	①20m走【走力】②立位ステップ【敏捷性】 ③立ち3段跳び【跳躍力】④メディシンボール投げ【投力・体幹パワー】⑤プロアジリティテスト【敏捷性】 ⑥全身反応【反射神経】○身体計測(身長・体重)

