

清流の国ジュニアアスリート育成プロジェクト

開始式・共通プログラム(運動能力測定)【ジュニア第3期生・第4期生・キッズ第4期生】

本プロジェクトに参加する第3・4期生80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。開始式後、6つの種目の運動能力測定を行いました。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31年4月20日(土) 18:00~20:00

会 場 : 山県市総合体育館 山県市高木1675

測 定 員 : 岐阜大学 教育学部教授 春日 晃章 氏
岐阜聖徳学園大学 教育学部准教授 小栗 和雄 氏
岐阜県スポーツ科学センター(GSSC)研究員
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を実施し、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立位ステップング【敏捷性】
③立ち3段跳び【跳躍力・瞬発力】 ④メディシンボール投げ【瞬発力】
⑤プロアジリティテスト【敏捷性・走力】 ⑥全身反応【反射神経】
○身体計測(身長・体重)

