

🌐 2025 年度 ♪第六回 フィジカルテスト🔥🔥🔥を実施🌐

6月5日(木)、体育祭前日でありましたが、2025年度最初の(株)F&V社によるフィジカルテスト六種目の計測を行いました。今回も日頃から大変お世話になっている日本文化大学(ニチブン)本校のグラウンドを使用させていただき人工芝グラウンドで測定します。人工芝グラウンドでの測定なので毎回記録更新が期待されます。ここ数年で高校サッカーを取り巻く環境が大幅に改善され、人工芝グラウンドで公式戦が行われることが増えました。日本文化大グラウンドでの測定は大変意味があります。

人工芝グラウンドでの測定は好結果が期待できる😊

現在、測定チームは、Jリーグを始め、全国の高校、大学サッカー部の強豪校を中心とした200校以上、20,000人以上と増えています。片倉高校サッカー部では、年に2回のフィジカルテストを実施し、計測した数値をもとに科学的なアプローチで、個々の特徴に応じた指導をしてチームの底上げを図っています。また、強豪校の選手たちや上のカテゴリー、Jリーグ内定選手との比較が可能なので、自分の課題を把握しやすく日頃のトレーニングに役立てていけるように工夫できます。果たして、日頃のトレーニング成果が現れた成長著しいものはいたのでしょうか？



今回も軒並み好数値が🔥 フィジカルトレーニング結果は現在地🙄

「数字は嘘をつかない」

前回の記録より数段伸びている結果が多数出ました。F&Vのスタッフの方も、毎回普通のサッカー少年の集まりである片倉高校サッカー部の結果を見て驚いています。やはり、何事も習得するためには時間は掛かるものです。日々のトレーニングに真摯に向き合い地道に積み重ねていくことが大切です。測定結果を肝心のサッカーに結びつけられるように引き続きトレーニングしていきたいと思えます。



🌐 日頃のトレーニングの成果を数字で確認する。何事も地道な積み重ねが大切!! 🌐