

🏆新チーム立ち上げ準備中!! 🏆第三回フィジカルテスト🏃🏃🏃実施🏆

期末考査が終了し、新チーム立ち上げに向けて準備がスタートしました。この二週間は地区選抜大会に2名参加しているために本格的な始動はその後からになります。

この日は、昨年度から導入している(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(写真参照)。カテゴリーは異なっていますが全チーム共通のテストを測定し、そのデータを専用アプリにまとめ、選手に情報を提供していくサービスを利用できるところに魅力を感じています。現在、測定チームは増えていて、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180校以上、18,000人以上です。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コーチ陣がトレーニングメニューを作成し、個々の特徴に応じた成長を促しながらチームの底上げを行っています。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為、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。



『数字は嘘をつきません!!』

果たして、半年間のトレーニングの成果は？(結果は後日)。

前回の記録より伸びているものもあります。やはり、日々のトレーニングに真摯に向き合い積み重ねていくことが大切です!!



パフォーマンスアップのために自分の潜在能力を引き出す！