

○競技別パッケージプラン【バスケットボール】 ※現在、予定している項目です。ご要望に応じて追加や変更のご相談も

| カテゴリー | 要素 | 測定項目 | 使用機器 | 備考 | |
|------------|---------------------|--------------------------------------|-------------------------------------|------------|--|
| 共通項目 | 身体組成 | 体格、組成 | 身長、体重、体脂肪率、除脂肪体重、脂肪量、筋肉量、部位別筋肉量 | InBody™ | |
| | 形態計測 | 周径囲、四肢長 | ウイングスパン、指高、足部形態(足長) | メジャー、足型測定器 | |
| | 筋力 | ①上肢 | 握力 | 握力計 | |
| | | ②体幹 | | | |
| | | ③下肢 | | | |
| | | ④膝 | 等速性膝伸展・屈曲筋力 60・180・300 deg/sec | BIODEX™ | |
| | | ⑤その他(簡易版) | | | |
| | | 1RM/3RM | | | |
| | 柔軟性 | 上肢 | | | |
| | | 下肢 | Thomas(腸腰筋)・HBD(大腿直筋)・SLR(ハムストリングス) | 角度計、メジャー | |
| | | 体幹 | | | |
| | 関節可動域 | 上肢 | | | |
| | | 下肢 | 膝関節伸展、足関節背屈(荷重位) | 角度計、メジャー | |
| | | 体幹 | | | |
| | 競技特性能力 | 調整力 | | | |
| | | 敏捷性 | | | |
| | | バランス能力 | | | |
| | | コーディネーション能力 | | | |
| 姿勢分析 | 基本姿勢・動作 | FAAB(HPSCパッケージ、関節角度・床反力も同時計測) | カメラ、床反力計 | | |
| 競技特性動作 | パフォーマンス | | | | |
| ※動作解析 | 三次元動作解析 | | | | |
| | 野球動作分析 | | | | |
| 栄養バランスチェック | | 食事内容・時間等の基本的食傾向の把握、フィードバック、アスリート食の説明 | 簡易食事調査用紙 | | |
| コース別項目 | 神経系・爆発的パワー | ①ジャンプ系 | 垂直跳(助走あり/助走なし) | ヤードスティック | |
| | | ②スプリント | プロアジリティテスト | 光電管 | |
| | | ③投擲パワー | | | |
| | 無酸素パワー | ①最大無酸素 | | | |
| | | ②反復スプリント | | | |
| | ミドルパワー (持続的・間欠的) | ①高強度持続 | | | |
| | | ②高強度連続発揮 | | | |
| | 有酸素性作業能力 | ①最大酸素摂取量 | | | |
| | | ②フィールド持久力 | | | |
| | | ③乳酸性作業閾値 | | | |
| 質問紙検査 | | KOOS, CAIT | 質問紙 | | |



◇お申し込み・お問い合わせ
 新潟県健康づくり・スポーツ医科学センター
 〒950-0933 新潟県新潟市清五郎67番地12
 (デンカビッグスワンスタジアム内)
 TEL: 025-287-8806 FAX: 025-287-8807
 ホームページ <http://www.ken-supo.jp>
 E-mail sokutei@ken-supo.jp