



自分への挑戦!! そして発見!!



とよひらスポーツ応援プロジェクト



3りん

めたん



スポーツ能力測定会 in 豊平区

自分自身の運動能力を理解し、本当に自分に合ったスポーツを知る!!

6月11日(土)

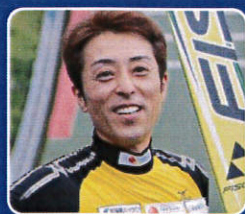
**SPECIAL
GUEST**



田中 雅美
(元競泳日本代表/
シドニーオリンピック銅メダリスト)



寺田 明日香
(100mハードル 日本高校記録保持者/
世界陸上元日本代表)



船本 和喜
(長野五輪スキージャンプ個人・団体金メダリスト/
北海道メディカルスポーツ専門学校 副校長)

【会 場】北海道立総合体育センター
「北海きたえーる」サブアリーナ

【参加資格】小学生 ~ 高校生

【参加費】無 料

【測定時間】約40分

当日は、運動しやすい服装、体育館で滑らないシューズをご持参ください。

当日スケジュール

【1組目】 10:30~ 【2組目】 11:10~ 【3組目】 11:50~ 【4組目】 13:10~ 【5組目】 13:50~
【6組目】 14:30~ 【7組目】 15:10~

★お申込方法

申込受付5月1日(日)~

一般社団法人スポーツ能力発見協会のホームページよりお申込ください。

- 1 一般社団法人スポーツ能力発見協会
ホームページへアクセス。
<http://www.dosa.or.jp>



- 2 トップページ右下の「豊平区測定会お申込はこちら」をクリック。
- 3 お申込フォームに必要項目をご入力の上、送信してください。

お申込締め切り日: 5月29日(日)

※測定人数に制限がある為、受付は抽選となります。予めご了承ください。

★お問合せメールアドレス

一般社団法人スポーツ能力発見協会 info@dosa.or.jp

会場アクセスマップ

【所在地】札幌市豊平区豊平5条11-1-1
※市営地下鉄 東豊線「豊平公園」駅より
徒歩4分(地下通路直結)
※中央バス「豊平3条10丁目」下車
徒歩5分
※お越しの際は公共交通機関を
ご利用ください。



【主催】豊平区 【協力】一般社団法人スポーツ能力発見協会

さっぽろ市
02-001-16-579
28-2-430



スポーツ能力測定会とは



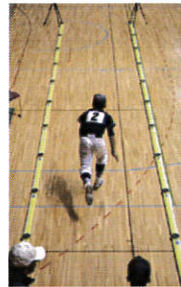
▼ スポーツとの出会い

多くの子どもたちが、学校、近所のスポーツチーム、両親がやっていた、などの理由で様々なスポーツと出会います。しかし、出会うスポーツは身近なものに限られてしまい、自分に合ったスポーツに出会えていないかもしれません。スポーツ能力測定会では、世界のトップアスリートが使用する最新機器で子どもたちの運動能力を測定し、最大限にパフォーマンスを発揮できるスポーツの紹介と一番得意とする動きのアウトプットを行います。これまでスポーツが苦手だとあきらめていた子も、普段出会わないスポーツに出会うチャンスが生まれ、自分に合ったスポーツを見つけ、自信を持ってスポーツに挑戦していくキッカケになります。

▼ 測定種目

10mスプリント

全てのスポーツの基本となる「スタートダッシュ能力」を単にタイムだけではなく、光学式ストライド分析システムにより、「スタートスピード」「トップスピード」など一歩ごとのスピードやストライドを調べることによって、より詳細に直線を走る能力の特徴を見つけます。



ジャンプ力とバネ力

様々なスポーツで必要となる「高く跳ぶジャンプ力」と「素早く跳ねるバネ力」を計測する2種類のジャンプテストを行います。三軸加速度計を活用した機器を用いてジャンプの「高さ」だけでなく、高く跳ぶための「パワー」とそのパワーを発揮させる「筋力」や「スピード」、素早く跳ねるための「バネ力」を測ります。



敏捷性

多くのスポーツは直線を速く走る能力だけではなく、トップスピードから素早く止まり、素早く切り返すなどの方向転換動作を行う「敏捷性」も必要となります。そこで、方向転換を含む10m(2.5m→5m→2.5m)切り返し走のタイムを計測し、直線の10mスプリントタイムとの比較から敏捷性を評価します。



反応ジャンプ

スポーツにおいて相手の動きや飛んでくるボールなどに対して素早く反応しなければならぬ場面は多くあります。そこで、反応力として目から得た情報に対して、素早くジャンプするまでのタイムを計測・評価します。



ボールスロー

三軸加速度計、ジャイロスコープ内蔵のメディシンボールを用いて、体幹の回旋動作によるボールスローテストを行い、野球のバッティングなど実際のスポーツ動作により近い体幹及び上肢の「筋力」「スピード」「パワー」を計測・評価します。また、運動連鎖(キネティックチェーン)と呼ばれる、体重移動→体幹の回旋→上肢でのスローというように、連鎖的にパワーを伝える能力の評価にもなります。



各項目の測定結果から自分に合ったスポーツを分析します。

◀ 測定結果No.1

自分の特徴(武器と課題)

長所と短所を明確にして、自分に合ったトレーニングなどのアドバイスを受けることができます。

◀ 測定結果No.2

自分に合ったスポーツ

現行69種目のスポーツから自分に向いているスポーツ、自分の特徴を活かせるスポーツを知ることができます。