



## アスリートチェック

### 測定と評価

データに基づいて、課題を達成するまでの道筋を提案



## 指導サポート

トレーニング・リハビリテーション・栄養・心理・医事

科学的根拠に基づいた指導  
日々の遠隔あんしんサポート体制



## パフォーマンス分析

試合におけるタイム・戦術・できばえ

わずかな変化を見逃さない  
自分の力を出し切るために



## 交通のご案内



## ACCESS

- 東武宇都宮線 西川田駅から徒歩15分
- JR宇都宮線 雀宮駅から徒歩30分
- 東北自動車道 鹿沼ICより車で20分
- 北関東自動車道 宇都宮上三川ICより車で15分  
壬生ICより車で20分
- 関東バス JR宇都宮駅西口11番乗場から  
「江曾島(西川田東)」行乗車35分  
終点下車、徒歩5分

とちぎアスリートの『実践力』向上のために



Tochigi Institute of Sports  
Medicine & Science

とちぎスポーツ医科学センター



とちぎスポーツ医科学センター

〒321-0152 宇都宮市西川田4丁目1番1号  
(カンセキスタジアムとちぎ 内)

TEL 028-645-2080 FAX 028-645-2030

URL <https://tis.or.jp>



とちぎスポーツ医科学センター

検索

総合運動公園北・中央エリア指定管理者グループ

# 科学「的」 PDCAサイクルで、 とちぎから トップアスリートを

PDCAに基づく実践を通して、  
さまざまな能力を養成し、  
競技力向上のための  
「知恵の開発」を  
目指していきます。



練習・試合でのパフォーマンスを分析し、  
わずかな変化を明らかにします。  
また、力を出し切るためのサポートをします。



パフォーマンス  
分析



アスリート  
チェック

問診と体力測定を通して、あなたの  
基本的な特徴、トレーニング課題  
などが把握できます。



とちぎスポーツ医科学センターでは  
目標に向かって、自らの力で  
**課題を解決できる  
アスリートの養成を**  
目指します



相談・  
指導サポート

トレーニング・リハビリテーション・栄養・心理・医事  
などに関する専門的な相談・指導を行います。



日々の  
トレーニング

TISでの新たな気づきに基づいて、  
効果的なトレーニングを  
日々実践しましょう。

## アスリートチェック

形態・体力測定

現状を正確に把握し、  
最適なプランを提案

基本項目：基礎的・総合的な能力  
を評価する一般的測定です。初め  
てご利用の方は、こちらから。

専門項目：各競技に特化した能力  
を評価する専門的測定です。デー  
タに基づいて日々トレーニングを  
実践しているアスリートは、こち  
らへ。



## ご利用料金 (アスリートチェックのみ)

利用区分	利用者	料金(1人1回につき)	
アスリートチェック (体力測定)	基本測定	高校生等以下	1,650円
		その他の者	3,300円
	筋力測定	高校生等以下	1,230円
		その他の者	2,470円
	無酸素性パワー測定	高校生等以下	250円
		その他の者	500円
	無酸素性持久力測定	高校生等以下	440円
		その他の者	880円
	有酸素性持久力測定	高校生等以下	1,890円
		その他の者	3,790円
カスタマイズ測定 (競技別オリジナル測定等)	高校生等以下	430円	
	その他の者	860円	

※掲載している料金はアスリートチェック(体力測定)のみとなります。その他「パフォーマンス分析(動作分析等)」「トレーニング・リハビリテーションサポート」「栄養サポート」「心理サポート」「医事相談」「講習」等に関しては別途費用がかかります。詳しくは公式ホームページをご確認ください。

## ご利用料金 (トレーニングルーム)

高校生以下	1人 200円	大人	1人 400円
-------	---------	----	---------

## Webで予約する

Web  
サイトへ  
ログイン

ユーザー  
情報の設定  
(ID・パスワード等)

日時を決め、  
画面に従って  
予約



※画面は作成途中のものです。実際の画面とは異なる可能性があります。

スマートフォンの方は  
こちらから

とちぎスポーツ医科学センター 検索 <https://tis.or.jp>

お電話でご予約の場合 **☎028-645-2080** (TIS)  
**☎028-645-2070** (トレーニングルーム)

※TISは予約制です。トレーニングルームは随時使用も可能、貸切予約も可能です。  
詳しくはHPをご確認ください。※掲載の写真は全てイメージです。