

とちぎスポーツ医科学センター (TIS)

令和6年度 体力測定体験会

開催要項

1. 概要

TIS で実施している体力測定の一部を実際に体験し、トレーニング指導、栄養指導、心理指導など TIS のサポート内容について情報提供するとともに、これらの活動を通して、TIS の利用促進を図る。

2. 主催

公益財団法人栃木県スポーツ協会 とちぎスポーツ医科学センター

3. 実施内容について

- (1) ガイダンス
- (2) 測定
 - ・身長・身体組成 (形態)
 - ・長座体前屈 (柔軟性)
 - ・握力 (筋力)
 - ・ジャンプ (パワー)
 - ・ヘモグロビン推定値 (メディカルチェック)
- (3) フィードバック (基準値)
- (4) TIS 利用案内 (SNS フォロー)

4. 対象

- (1) TIS での体力測定に興味がある方
- (2) TIS に興味関心のある方
- (3) 自分の体力レベルを知りたい方
- (4) 指導者 (選手の指導に関わる方)

5. 開催日・時間

- (1) 2024 年 11 月 15 日 (金) 14:00~19:00
 - (2) 2024 年 11 月 18 日 (月) 14:00~19:00 ※指導者向け
 - (3) 2024 年 12 月 2 日 (月) 14:00~19:00 ※指導者向け
 - (4) 2024 年 12 月 9 日 (月) 14:00~19:00 ※指導者向け
 - (5) 2025 年 1 月 17 日 (金) 14:00~19:00
 - (6) 2025 年 2 月 7 日 (金) 14:00~19:00
- ※時間内に受付をし、体験は 30 分程度

6. 会場

- ・カンセキスタジアムとちぎ内 とちぎスポーツ医科学センター 測定室

7. 申込方法

- ・とちぎスポーツ医科学センターのホームページ (<https://tis.or.jp/>) にアクセスいただき、申し込み専用 Google フォームにて、お申込み手続きを行ってください。

※お申込み期間：希望日の前日まで

申し込み専用 Google フォーム



8. 費用

- ・測定等にかかる費用はT I S にて負担いたします。

9. その他

- ・ご不明な点がございましたら、とちぎスポーツ医科学センターHP 内「お問合せフォーム」よりご連絡ください。
- ・開催中の写真や映像をとちぎスポーツ医科学センターの広報活動（HP や SNS）に使用する場合がございました。