

Performance Test

～現状を把握し、賢く強くなろう～

アスリートの体力プロフィールをアプリで可視化し、客観的なフィードバックでオフシーズンの取り組みを理解します。短期・長期的なトレーニング計画を練り、選手としての自律を目指します。

内 容：体組成、体力、基本動作の測定、測定結果のフィードバックを受けての自己分析と目標設定。

開催日： ③2024年10月27日(日) 9:00～12:30
④2024年11月3日(日) 9:00～12:30

会 場： 中央大学 小石川キャンパス
(〒112-8586 東京都文京区春日一丁目 4-11)

※詳細は開催が近くなりましたらお申し込み頂いたメールアドレスへ配信します。

※集合時間に関してはカテゴリー別で集合時間を分ける可能性もあります。

対 象： 小学5年生～大学生

参加費： 4,500円(税込)

申し込み方法：

下記のフォームよりお申し込み下さい。

QRコードで携帯からも可能です→

[https://docs.google.com/forms/d/e/
1FAIpQLScm_HQqAi205ncgv9bwDmWyyXmsYfkZEJH1T201fa7uI_9iDA/
viewform?usp=sf_link](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScm_HQqAi205ncgv9bwDmWyyXmsYfkZEJH1T201fa7uI_9iDA/viewform?usp=sf_link)

