



**基礎体力 × 競技の専門体力 × 動体視力**  
 で、身体能力を最大限に発揮する！  
 競技パフォーマンスを上げるためには、まず  
 自分の視る力を知り、今後のトレーニングに繋げよう！

令和3年度 第5回 ISCジュニアアスリートセミナー

# 見る力を知ろう!!

～スポーツビジョンを測って競技に活かそう～

**11月 7日(日)**  
**11月 13日(土)**

11月7日(日)

第1グループ 13:00～14:30  
 第2グループ 14:30～16:00  
 第3グループ 16:00～17:30

11月13日(土)

第1グループ 13:00～14:30  
 第2グループ 14:30～16:00  
 第3グループ 16:00～17:30

※上記のグループから、希望の時間帯を選び、ご予約ください。  
 ※各グループの定員は10名です。

## スポーツビジョン測定内容

- ・ 静止視力
- ・ KVA (動体視力)
- ・ 深視力
- ・ 眼と手の協応動作
- ・ 瞬間視
- ・ 空間認識
- ・ 周辺視

測定後は、**結果説明、アドバイス、自分で出来るトレーニング**などを紹介します。

**場所** いしかわ総合スポーツセンター 第2・第3会議室  
**対象** 中学生・高校生の部活動・チームに所属している選手  
**参加費** 無料  
**持ち物** スマートフォン(またはデジカメ) ※測定結果画面を撮影し、結果説明時に見返します  
**申込方法** 以下のいずれかにより申し込みが出来ます。  
 なお、申し込みの際は、参加希望の時間帯(例:13日(土)第2グループ希望)をお伝えください。  
 ◆ トレーニングルーム受付にて直接  
 ◆ 電話での申し込み **TEL076-268-2420**  
 ◆ メールもしくはFAXでの申し込み **FAX076-268-2426**  
 (ISCホームページの申込用紙をダウンロードし、申込用紙にご記入ください)

※当日はマスクの着用をお願いします。  
 ※ご不明な点がございましたら、気軽にお問合せください。

**要予約  
 測定無料**



このセミナーは、ノエビアグリーン財団2020年度助成事業に、採択されています。  
 ノエビアグリーン財団は、日本を代表するジュニアスポーツ選手の育成、また心身ともに  
 健全な青少年の育成に寄与することを目的としています。

## いしかわ総合スポーツセンター

〒920-0355 石川県金沢市稚日野町北 222 ☎076(268)2222

【開館時間】9:00～22:00 【休館日】年末年始(12/29～1/3)

<http://www.ishikawa-spc.jp>

いしかわ総合スポーツセンター

検索

館内情報や  
 イベント情報  
 配信中!



メルマガ



Facebook



Instagram

指定管理者 石川県体育協会グループ 【(公財)石川県体育協会、(公財)北陸体力科学研究所、石川県ビルメンテナンス協同組合】