

チームづくりが上手い
コンディショニングノート

 Atleta

アトレータ

引き継ぎ用資料としてご利用ください。

 **CLIMB
Factory**

© CLIMB Factory All rights reserved.

選手の情報、チームの情報を**一元管理し**、
チームの**最高のパフォーマンス**をサポートします



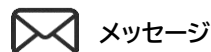
特長① 選手一人ひとりの日々の状態を確認できる

コンディション・食事・ケガ等に関する
日々の確認ができます
スタッフは把握量が増加、
選手は意識向上が期待できます



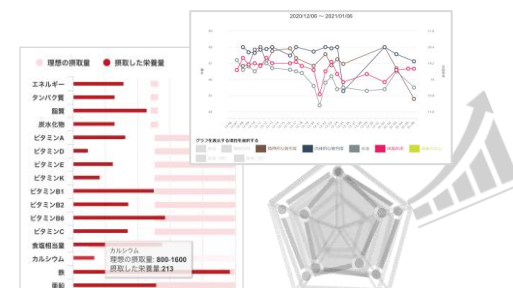
特徴② チームのコミュニケーションを活性化できる

シーンに合わせた手段を用いて選手一人ひとり
とのコミュニケーションを強化できます



特長③ 蓄積したデータを分析できる

蓄積したデータを色々な形でアウトプットでき、
次のアクションに活用いただけます



契約状況/アカウント情報について



利用開始時期

契約プラン

最低利用期間

コンディション管理

食事管理

連絡ボード/スケジュール

保護者アカウントの運用

支払方法

管理者ID

管理者パスワード

アカウント設定ページ

契約状況について

年 月 頃～

シルバー / ブロンズ / ライト / スーパーライト / 従量

24ヶ月 / 36ヶ月

活用中 / 活用していない 引き継ぎ事項:

活用中 / 活用していない 引き継ぎ事項:

活用中 / 活用していない 引き継ぎ事項:

運用中 / 運用していない 引き継ぎ事項:

月払 / 口座振替 / 年払い

アカウント情報について

<https://www.climb-atleta.com/>

困ったときや、Atletaについて質問したいときはどうしたらいいの？

Atletaサポートチームまたは、メインのサポート担当者へご連絡ください。
サポートチームで確認後、すぐにご連絡して対応致します。

Mail customer-support@climbfactory.com

TEL 03-5333-6114

新入生のアカウントはどうしたらいいの？

Atletaサポートチームにて、新入生用のアカウントをご準備致します。
規定のEXCELフォーマットに必要事項を記載して、サポートチームまでお知らせください。
詳しくは[こちら](#)をご参照ください。



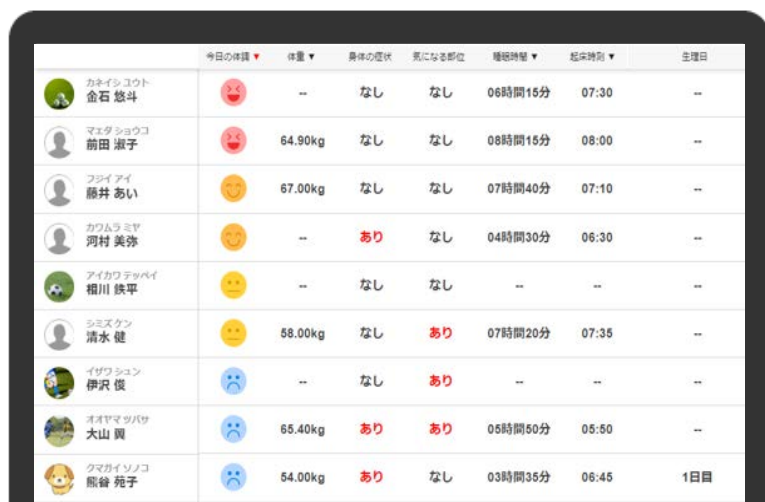
設定を見直したいときはどうしたらいいの？

Atletaは、WEBとアプリの2種類でご利用頂けます。

WEBでは、アカウントの設定やグループの設定、コンディション項目の設定をはじめとした、あらゆる設定を行うことができます。
また、設定だけでなくアンケートやフィジカルテストなど、すべての機能を利用できるのがWEBページとなります。WEBページは[こちら](#)から。



体調や身体の痛み、疲労度など一人ひとりの日々変化するデータを登録でき
管理者スタッフは全てのメンバーのデータを一元管理できます



	今日の体調	体重	身体の症状	気になる部位	睡眠時間	起床時刻	誕生日
カネイン コウト 金石 悠斗	😞	--	なし	なし	06時間15分	07:30	--
マエダ ショウコ 前田 淑子	😞	64.90kg	なし	なし	08時間15分	08:00	--
フシアイ 藤井 あい	😟	67.00kg	なし	なし	07時間40分	07:10	--
カワムラ ミヤ 河村 美弥	😟	--	あり	なし	04時間30分	06:30	--
アイカワ ヲツペイ 稲川 悠平	😟	--	なし	なし	--	--	--
シミズケン 清水 健	😟	58.00kg	なし	あり	07時間20分	07:35	--
イザワ シュン 伊沢 俊	😞	--	なし	あり	--	--	--
オモヤマ ツバサ 大山 翼	😞	65.40kg	あり	あり	05時間50分	05:50	--
クマガイ ソノコ 熊倉 苑子	😞	54.00kg	あり	なし	03時間35分	06:45	1日目

ご活用イメージ

- コンディションに応じたトレーニング負荷を調節する
- 故障の前兆を把握しケガ予防につなげる
- 睡眠時間の変化を見て生活の乱れを察知する



選手が自身のスマホからデータを入力します
操作は簡単で、移動時間や隙間時間に入力できます
口で伝えにくい痛みや違和感を直感的に入力できます



専属トレーナー不在でもケガ人ゼロ 全国大会初出場 桐生第一高等学校ラグビー部 霜村誠一監督

チーム専属のトレーナーがないため、細かく身体の痛みなど見てあげることができない中、Atletaを導入後、外的要因によるけが以外はゼロになりました。チームが疲れていることがデータから分かった時は、トレーニングを調整するなど、コンディションとモチベーションを見ていくことが、結果に結びつく実感しています。

コンディション管理



設定は柔軟に変更でき、日々の入力をアシストする機能も用意しています

項目は自由に作成可能

選手はダッシュボードやグラフで蓄積したデータの振り返りが可能

自動アラート機能

LunaLuna

ルナルナは、生理日予測をはじめとする、女性のための健康管理アプリです。生理周期からみた、身体の状態や過ごし方のアドバイスを提供します。

大好評の+αサービス



別途費用が発生します

活動の記録を冊子にまとめて配送します
標準スケジュール: 12月頃ご案内、2月配送

2つの方式で食事の記録を蓄積できます

写真による記録



手軽に食事管理ができます
チームに栄養士など専門家を
抱えるチームにおすすめです

食事内容を選択して記録



摂取カロリーが自動計算され、
栄養素の過不足分析ができます
選手・保護者のセルフチェックに
ご利用いただけます

オススメの活用法

3日間短期集中
×
データフィードバック

- 「食事レポート」をサポート担当に依頼
- 「栄養素ごとの目安量に対する過不足」と「PFCバランス」がわかるフィードバックが確認いただけます
(弊社管理栄養士監修)

※フィードバック結果はリアルタイムには反映されません
原則毎月月初5営業日頃に前月の結果をご確認いただけます



食事レポートイメージ

見えていなかった課題の発見

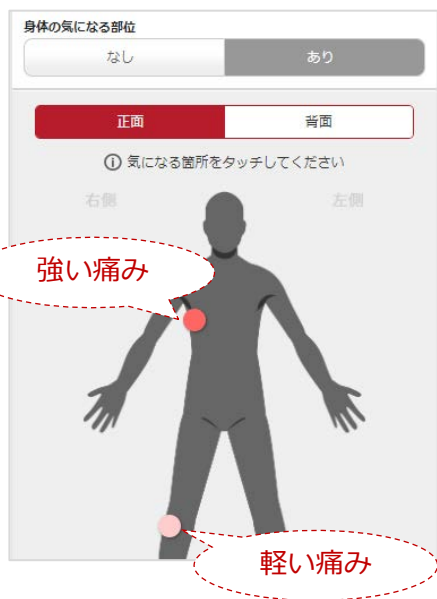
太田第一高等学校ラグビー部 廣瀬 慎也監督

エネルギーが必要なスポーツのため、選手が毎日どのような食事をとっているのかを写真付きで把握を
したいと思いAtletaを導入。写真付きで確認できるようになり指導に役立っています。
「管理の先に、これまで見えていなかった課題を発見できる」ことをAtletaに期待しています。



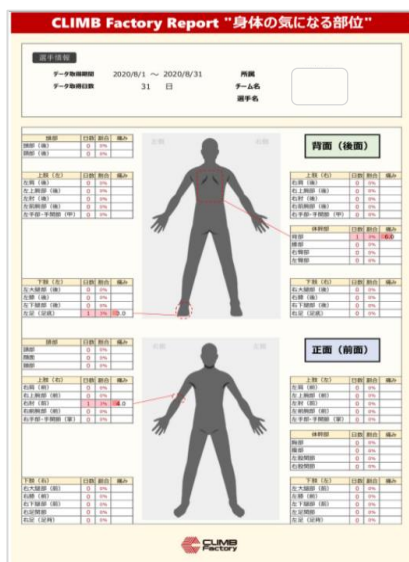
身体の気になる部位 を活用して、ケガの前兆を把握し、未然に回避します

日々の確認



痛みの強弱も表示されます
痛みを訴える選手がいる場合に
管理者にアラート通知を
することも可能です

定期的な確認



レポートのご利用には、サポート
担当宛の依頼が必要です
詳しくは導入後サポート担当に
お問い合わせください

大所帯や専門スタッフ帯同のチームなどには
より専門的な「病気ケガ管理」



ケガの履歴や、ケアの履歴などが
チームで共有できます
蓄積したデータをcsv出力し、
統計分析にも活用できます

選手との相互コミュニケーション

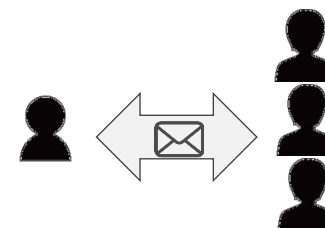
コミュニケーションの機能を豊富に取り揃えております
シチュエーションごとに使い分け、選手の声がつかみやすくなります

コンディションコメント

コンディションと同時に
登録でき、一日ごとの振り返り
を行なうのに便利です

コメント一覧機能でまとめて
チェックできます

メッセージ



メンバーの送信するメッセージはスタッフ全員が閲覧でき、
オープンなやり取りで情報共有を促進します

アンケート

回答方法を選択して設問を作成、回答内容は自動集計されます

回答内容	人数	割合
その他	0人	0.0%
ちょうどいい	41人	91.1%
短い	2人	4.4%
長い	2人	4.4%
未回答	0人	0.0%
合計	45人	100.0%

※回答内容をcsvで出力することも可能です



ノートよりも発言しやすい環境
水戸葵陵高等学校駅伝部 澤野 敦監督

練習日誌を使用していたが、毎日チェックをしたいと思い、
学校業務との両立も可能と考え導入しました。

ノートだと、全員分見られませんがAtletaであれば、全員分を毎日閲覧できます。
また、他の部員の前では発言しにくい事や要望を伝えてくれるようになり、いつも利用
しているスマホということが発言しやすい環境になっているのだと思います。

選手に対するチームの情報発信

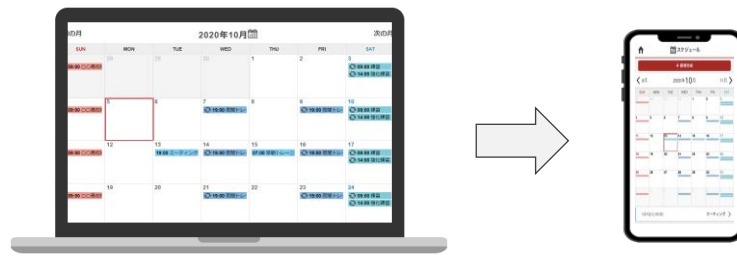


連絡ボード



エディタで自由に編集でき、動画も共有できます
メンバーごとに未読・既読が確認でき、情報の漏れを予防します

スケジュール



スタッフが作成したスケジュールが
選手アプリにもリアルタイムで反映されます
出欠席・遅刻の確認なども可能です



『Atleta』で手軽に情報共有
水戸商業高等学校サッカー部
佐藤 誠一郎 監督

急な練習場所の変更などの業務連絡や分析用の試合動画共有のために活用しています。
連絡ボードでは、メンバーの「未読・既読」が把握できるため、どのような内容に選手が反応するのか、選手によって何に興味があるのかなどがわかります。
Atletaを通して、言葉では伝えきれなかった指導者側の声なども選手に届けられるようになりました。

情報漏れを防ぐ便利機能



更新の都度、メンバーに通知されます

データ活用・データ分析

蓄積されたデータはあらゆる形でアウトプットすることができます
活用目的に合わせた最適な形をご利用ください

基本機能

対象メンバー	平均値	階級
エゾワカヲコ	5	
江澤加奈子		
相川鉄平	4	
伊沢俊	4	
井戸俊介	3	
内田慶子	3	



選手同士のデータの比較、
1人の選手のデータを経年変化
などを確認することができます

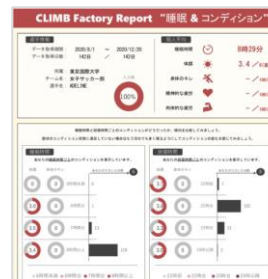
現在ダッシュボードを開発中で、
より一層チーム全体の状況を
把握しやすくなります



『Atleta』で個に沿った指導
千葉黎明高等学校サッカー部
浅羽 良則 監督

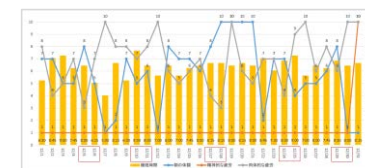
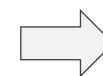
コンディションやケガの伝え方は選手によって様々です。Atletaは同一フォーマットで確認できるため、練習メニューの調整や個別の声かけにとっても便利です。

定期レポート



データフィードバックサポートをご利用いただけます
※原則毎月初めに前月のレポートが作成されます

CSV出力



蓄積されたデータは自由に出力することができます
(選手、データ項目、データ期間などを指定可能)
より詳しい分析をするのにお役立ていただけます
出力したデータ加工についてもご相談承ります
(別途費用発生する場合がございます)

フィジカルテストや体力測定などの測定データを記録できます

フィジカルテスト機能



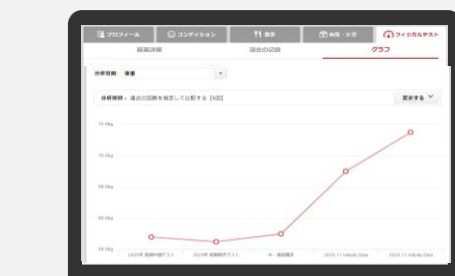
管理者画面

項目は自由に作成可能
過去のデータも簡単に登録
できるので、これまでのデータも
見える化できます



選手画面

選手一人一人が、
自分の過去のデータを
確認することができます



管理者は、1人の選手の過去比較、複数の選手の比較、平均との比較などデータをご活用いただけます

※データのEXPORT・IMPORTも可能で他のシステムのデータを連携させることができます

Atleta通信のご案内



全国のチームを応援するため色々な情報発信やイベント開催をしています

Atleta機能紹介



豊富な機能紹介を掲載しております

新機能の活用方法なども随時アップデートしています

コラム



管理栄養士監修の食事コラムを中心に掲載しています



HOME画面からアクセス

最新情報はお知らせ欄でご案内

Atleta活用事例



Atletaのご利用方法に限らず、指導論や指導の際の工夫など、多くのチームのインタビューを掲載しています是非Atletaをご活用いただき、インタビューにご協力お願いいたします！

オンラインイベント



2020年は、部活動顧問の先生方にご参加いただいたの座談会(3回実施)、スポーツ×心理学のセミナー(2回実施)を開催しました