

平成20年度日本代表選手選考関連 水球競技専門的体力テスト基準値

男子フィールド選手		支重20kg(カデットは15kg)	遠投	MSST	MSST(センター)	パワースプリント(カデットは3kg)	パワースプリント(センター)カデットは3kg
		秒	m	回	回	秒	秒
カデット	Age93	40	21	75	70	60	65
ジュニア	Age91	15	26	85	80	55	60
スクワッド		25	28	100	90	50	55

男子キーパー		支重20kg(カデットは15kg)	遠投	ポストタッチ
		秒	m	秒
カデット	Age93	45	27	15
ジュニア	Age91	20	28	14
スクワッド		60	30	12

女子フィールド選手		支重15kg(カデットは10kg)	遠投	MSST	MSST(センター)	パワースプリント(女子は3kg)	パワースプリント(センター)女子は3kg)
		秒	m	回	回	秒	秒
カデット	Age93	15	15	60	50	70	75
ジュニア	Age91	15	16	70	60	65	70
スクワッド		20	17	80	75	60	65

女子キーパー		支重15kg	遠投	ポストタッチ
		秒	m	秒
カデット	Age93	20	15	19
ジュニア	Age91	30	16	18
スクワッド		50	17	17