








# ZEROONE

## baseball clinic

| Check  | Action                                     |
|--|--|
|  <p>瞬発力<br/>速筋繊維<br/>速筋肥大検査</p>   | <p>瞬発力<br/>速筋の割合に応じた<br/>トレーニング提供</p>      |
|  <p>筋トレ効果<br/>速筋のつきやすさ</p>        | <p>筋トレ効果<br/>高負荷または低負荷に分け<br/>トレーニング提供</p> |
|  <p>筋繊維<br/>速筋 遅筋検査</p>           | <p>筋繊維<br/>速球派か技巧派/<br/>速球/変化球打ち適性診断</p>   |
|  <p>体脂肪<br/>脂肪の蓄積<br/>インスリン検査</p> | <p>体脂肪<br/>体重の増減における<br/>食事方法を提供</p>       |
|  <p>骨 軟骨 関節<br/>生成力と成長検査</p>      | <p>骨 軟骨 関節<br/>栄養の取り方を解説</p>               |