HPSCパッケージ 姿勢チェック（FAAB）の概要

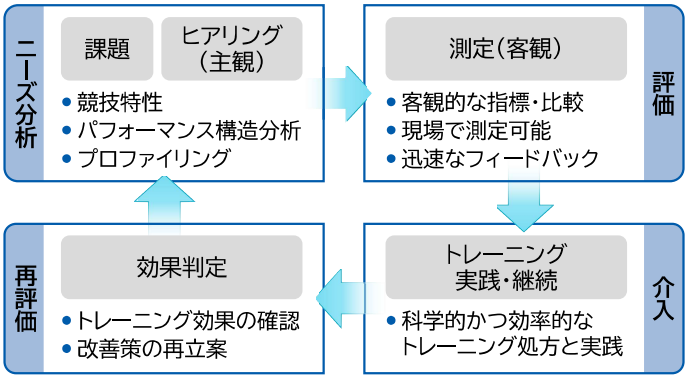
姿勢チェック（FAAB）とは、アスリートの姿勢や動作を評価するプログラムで、前（又は後）、横、上の3方向から専用のアプリケーションを用いて同時にカメラ撮影し、撮影画像を基に姿勢・動作を評価することで課題を見つけ、トレーニング前のスクリーニングやアスリートのスポーツ外傷・障害予防をサポートするツールです。



撮影・評価

※ FAAB撮影専用のWindows PCアプリケーションを、HPSCから無償で提供いたします。

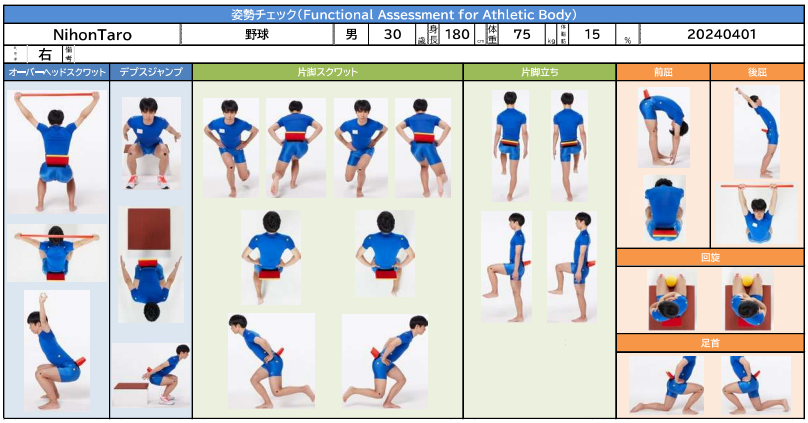
継続的に撮影することで、前回の姿勢や動作と比較することができ、改善できた点、変化しなかった点を確認することで、コレクティブエクササイズの効果の有無を確認することが可能となります。





フィードバック

アスリートやコーチに対してFAABの姿勢や動作をフィードバックしています。フィードバックを実施することで、アスリートが自分自身の姿勢や動作を分析し、改善点を見出すことが可能となります。







コレクティブエクササイズ

各専門家が知識や経験に基づき、日々のセルフコンディショニングに活用できる改善エクササイズを指導することで、関節可動性や動作の改善に寄与することが可能となります。

機能低下の例

矢状面	ヒンジ動作の不足
前額面 水平面	腰椎・骨盤・股関節複合体の安定性低下



「FAAB」は独立行政法人日本スポーツ振興センターの日本国登録商標（登録商標第7070234号）です。