

2019 육상 꿈나무선수 선발 측정 항목(종목별)

종 목	세부종목	요인(%)	세부요인	평가항목		비율 (%)
육 상	단거리	체격 (100)	길이요인	하지장/신장(%)		20
			무게요인	체지방률(%FAT)(-)★		10
				체지방체중지수(LBMI)		30
				BMI(kg/m ²)		20
			둘레요인	발목둘레/대퇴둘레(%)(-)★		20
		체력 (100)	근 력	각근력(kg)		15
				배근력(kg)		15
			근 과 위	제자리멀리뛰기(cm)		10
				30m달리기(초)(-)★		10
				원게이트 테 스 트	최고파워(W/kg)	20
			근지구력	원게이트 테 스 트	평균파워(W/kg)	20
			민첩성	반응시간-소리(초)(-)★		5
			유연성	하지전후개각(°)		5

종 목	세부종목	요인(%)	세부요인	평가항목	비율 (%)	
육 상	중장거리	체격 (100)	길이요인	하지장/신장(%)	15	
				좌고/신장(%)(-)★	15	
			무게요인	체지방률(%FAT)(-)★	30	
				체지방체중지수(LBMI)(-)★	10	
				BMI(kg/m ²)(-)★	30	
		체력 (100)	근 파 위	100m달리기(초)(-)★	15	
				원게이트 테스트	최고파워(W/kg)	10
			근지구력	원게이트 테스트	평균파워(W/kg)	25
				400m달리기(초)(-)★	20	
			심폐지구력	점증왕복오래달리기(회)	30	

종 목	세부종목	요인(%)	세부요인	평가항목	비율 (%)
육 상	도 약 (높이 뛰기)	체격 (100)	길이요인	하지장/신장(%)	30
				좌고/신장(%)(-)★	20
			무게요인	체지방률(%FAT)(-)★	30
				BMI(kg/m ²)(-)★	20
		체력 (100)	근 력	각근력(kg)	21
				배근력(kg)	21
			근 파 위	제자리높이뛰기(cm)	15
				30m달리기(초)(-)★	15
			민첩성	반응시간-소리(초)(-)★	6
			유연성	앉아윗몸앞으로굽히기(cm)	7
				엎드려윗몸뒤로젖히기(cm)	9
				하지전후개각(°)	6

종 목	세부종목	요인(%)	세부요인	평가항목	비율 (%)
육 상	도 약 (세단/ 멀리 뛰기)	체격 (100)	길이요인	하지장/신장(%)	25
				좌고/신장(%)(-)★	15
			무게요인	체지방률(%FAT)(-)★	10
				체지방체중지수(LBMI)	20
				BMI(kg/m ²)	10
			둘레요인	발목둘레/대퇴둘레(%)(-)★	20
		체력 (100)	근 력	각근력(kg)	20
				배근력(kg)	20
			근 파 위	제자리높이뛰기(cm)	11
				제자리멀리뛰기(cm)	16
				30m달리기(초)(-)★	11
			민첩성	반응시간-소리(초)(-)★	4
			유연성	앉아윗몸앞으로굽히기(cm)	6
				엎드려윗몸뒤로젖히기(cm)	6
				하지전후개각(°)	6

종 목	세부종목	요인(%)	세부요인	평가항목	비율 (%)
육 상	투 척	체격 (100)	길이요인	하지장/신장(%)	25
				지극(cm)	25
			무게요인	비체중(kg/cm*100)(%)	20
				체지방률(%FAT)	10
				체지방체중지수(LBMI)	20
		체력 (100)	근 력	악력 D(kg)	25
				각근력(kg)	20
			근 과 위	제자리높이뛰기(cm)	11
				메디신볼던지기(앞)(cm)	18
				메디신볼던지기(뒤)(cm)	11
			유 연 성	앉아윗몸앞으로굽히기(cm)	9
				엎드려윗몸뒤로젖히기(cm)	6

2019 육상 꿈나무선수 선발 측정평가 안내문



1. ■ 측정장소 : 진천선수촌 내 실내 테니스 경기장 또는 보조경기장(테니스장옆)
- 2.
3. ■ 측정시간 : 2019년 06월 17일 ~ 06월 19일 오전 09시
4. - 8시 00분부터 체육관 내 지정구역 개방토록 하겠습니다.
5. - 8시 30분부터 예비소집을 진행하겠습니다.
6. ■ 실내용 운동화(必) 지참 부탁드립니다. 체육관 내 음식물 반입은 금지되어 있습니다.
7. ■ 각 선수 보호자 분들의 주차는 정문 방문자센터 주차장이며 선수들은 방문자센터에 하차하여 인원 확인 후 실내정구경기장까지 도보로 이동합니다.
- 8.
9. ■ 보호자 분들의 대기 장소는 정문 옆 방문자센터 건물 2층이며, 진천선수촌 내부 규정상 선수들의 하차 후 선수촌 내에 보호자 분들이 머물러 계실 수 없기 때문에 이점 양해 부탁드립니다.