



Atleta

アトレータ

チームづくりが上手いく
コンディショニングノート

WE
RESPECT
SPORTS



引き継ぎ用資料としてご利用ください。

学校部活動・スポーツチーム 向け

可能性を引き出し、才能を最大化する。

チームの未来を創るコミュニケーションプラットフォーム

ルーティンデータ

選手のデータと日誌をひとつに



体調・トレーニング



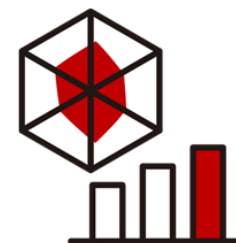
身体の痛み



ノート・日誌

スポットデータ

成長の確認を数値で



フィジカルデータ

既往歴

月経管理

01



選手データ

選手一人ひとりのデータをわかりやすく整理できます。日々のコンディションチェックとノート集めが簡単に

02



コミュニケーション

スケジュールや連絡をまとめて行えます。保護者アカウントのご利用もおすすめです。

03



データ活用

蓄積された「選手データ」を様々な角度から分析できます。意外な発見を。

04



栄養指導

食事指導を無理なく始められます。栄養士を巻き込む発展サービスも。

スタンダード

エキスパート

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

契約状況について

年 月 頃～

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

管理者ID

管理者パスワード

アカウント設定ページ

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

困ったときや、Atletaについて質問したいときは、どこへ連絡すれば良いですか？

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 03-6628-0000 (平日10:00~18:00)

新しく選手・指導者のアカウントを登録したい。

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。



入力する項目等、設定を見直したいです。

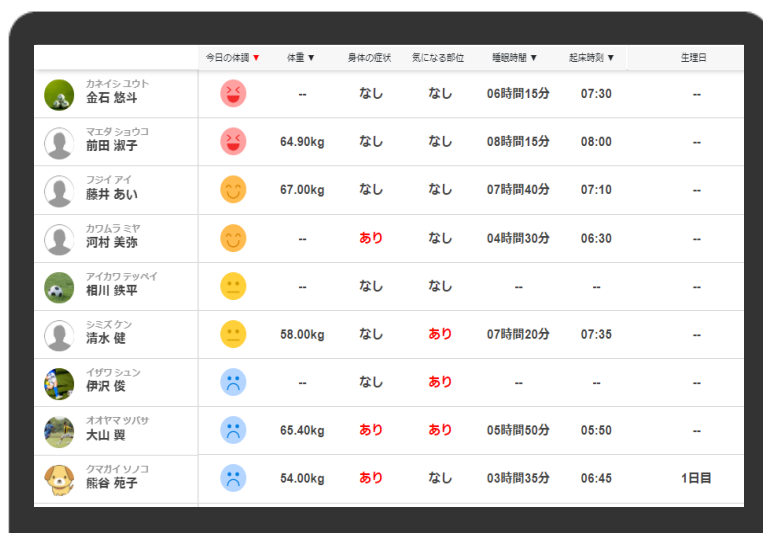
Atletaは、WEBとアプリの2種類でご利用頂けます。

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。



コンディション管理

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 ▼	生理日
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	--
フジアイ 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 ラッセイ 相川 隼平	😊	--	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	--	--	--
オオヤマ マツバ 大山 翼	😞	65.40kg	あり	あり	05時間50分	05:50	--
クマガイ ソノコ 熊谷 亮子	😞	54.00kg	あり	なし	03時間35分	06:45	1日目



選手育成とケガ管理で頂点へ。全国大会出場 大分東明高等学校ラグビー部 白田 誠明 監督

体重の増減を特に重視しています。特に夏場は体重が落ちる選手が多く、調子に影響していそうだと気になります。ケガの部位やコメントも確認します。
疲労度については、選手の inputs が極端で、疲れているときは90~100、疲れていないときは0と分かりやすいです。全体の平均値を見て、練習時間を短縮したり、コンタクトメニューを減らしたりと調整しています。

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

コンディション管理



広告・外部アクセスなし チーム内に閉じた安心のコミュニティでご利用頂けます

カスタマイズが可能な項目設定

☐ あり/なしで回答 シンプに、「ある」か「なし」かで回答を得たい項目に最適です。 回答例：「昨日の練習の量は？」 回答例：「昨日の自主トレの内容は？」 回答例：「昨日の自主トレをした？」	☐ 選択肢から複数回答 ひとつの質問に対し、回答を複数選んでもよい質問に最適です。 回答例：「昨日の自主トレの内容は？」 回答例：「昨日の自主トレをした？」
☐ 選択肢から1つだけ選択 選択肢からいずれか1つだけ、回答を選ばせたい質問に最適です。 回答例：「昨日の練習の量は？」 回答例：「よい、ふつう、わるい」	☐ 時間で回答 時間単位で答えたい項目に最適です。 回答例：「何時開始自主トレをした？」 00h00m
☐ 数値を入力して回答 メンバーで任意の数値で答えたい項目に最適です。整数～小数点第2位まで選択できます。 回答例：「昨日歩いた歩数は？」 00.0	☐ スライダーで回答 高率で表れるのが難しい項目などで回答を得たい項目に最適です。 回答例：「今日の疲労度は？」
☐ 計測タイムで回答 計測タイムの時間、分、秒で答えたい項目に最適です。 回答例：「ハーフマラソンのタイムは？」 0:00	☐ テキストで回答（自由回答） テキストで自由に答えたい項目に最適です。最大500文字まで記載できます。 回答例：「今日の自主トレを何をした？」

8つの回答方式から入力項目を自由に選択・作成が可能

競技やチームの運用に合わせた設定をご利用頂けます。

例. 体重 / 疲労度 / 練習強度
トレーニング / 走行距離 / 投球数
シュート本数 / 目標・振り返り

入力忘れを防止する便利な機能

メンバーへの未入力通知設定

通知先: 全メンバー / 特定のメンバー

通知内容: 必ず確認してください。37度以上ある人は先生へ連絡してください。

18:15
Wednesday, October 2

キャンセル OK

未入力防止通知

時間・項目単位で未入力時の通知設定が可能

スタッフ代理入力

選手のデータを代理入力する際、記入データに誤りがあった際に修正が可能

安心の通知とアラート機能

2024/10/27
永田健治さん
肉体的な疲労度が70以上です。

スケジュール
2月10日のスケジュールが作成されました

OK

肉体的な疲労度が70以上です。

アプリでリアルタイムに通知

柔軟に設定ができる通知機能があるのでリアルタイムに気づきやすい。

またカスタマイズができるアラート機能で、選手のアラートを見落としを防ぐことが可能。

大好評の卒業冊子サービス

これまでの3年間のデータをまとめた冊子を有料販売。軌跡が残ります。



卒業時に涙を流す選手も

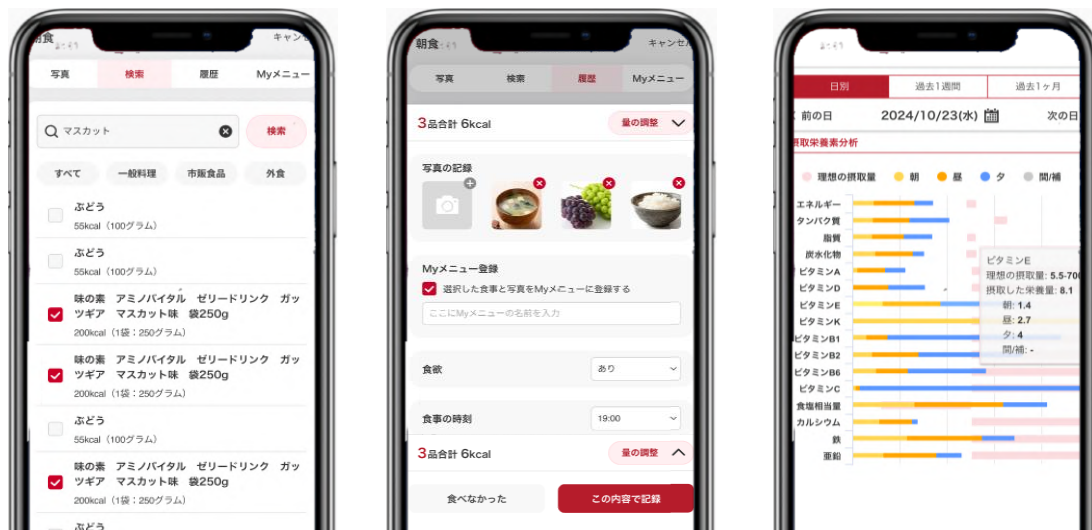
活動の記録を冊子にまとめて配送します

※スケジュール: 12月頃ご案内、2月配送

スポーツ栄養でチームをさらに強化

セルフチェック

フィードバック機能は、選手の体型に応じたアドバイスをお届け



18万件のメニュー検索

写真や量を登録

自動で栄養素分析

食事の意識づけで変わる体と習慣、広がる保護者のサポート

大同大大同高校バレーボール部 渡辺 義幸 監督

大会1ヶ月前だけでも◎をつけることを目標に、体脂肪を落としてキレを出す意識づけをしています。

記録データを選手や保護者に共有すると、保護者も関心を持ってくれます。

意識の高い選手は体つきも変わり、練習後にご飯+生卵やサラダチキンなど工夫していて、習慣になってきていると感じます。

おすすめ活用方法

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がご確認いただけます



ケガ管理



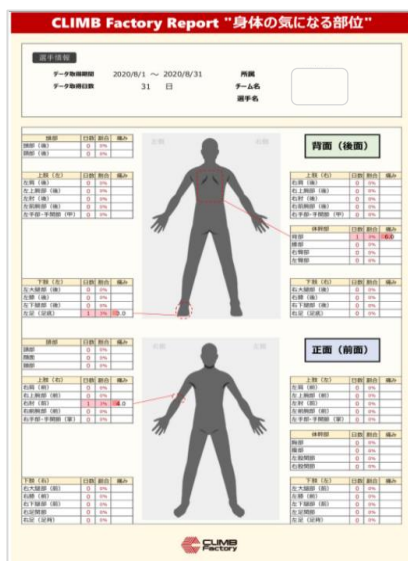
身体の気になる部位 を活用して、ケガの前兆を把握し、未然に回避します

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

日々の活用に

専門スタッフとの連携に

選手との相互コミュニケーション



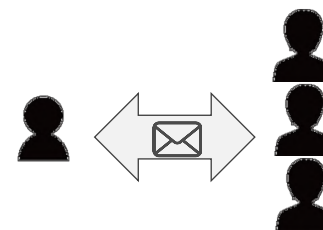
コミュニケーションの機能を豊富に取り揃えております
シチュエーションごとに使い分け、選手の声がつかみやすくなります

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

タイトル: 部員アンケート

Q.1: 練習の頻さをどう思いますか (平日18:00~18:30 日)		
その他	0人	0.0%
ちょうどいい	41人	91.1%
多い	2人	4.4%
少ない	2人	4.4%
未回答	0人	0.0%
合計	45人	100.0%

Q.2: 上記 Q.1 について、感想があれば記入してください

※自由記述項目の内容は、CSV出力を行い、そこからご活用ください

Q.3: 練習試合の頻さをどう思いますか (準同調) ※回答必須		
その他	8人	17.8%

※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

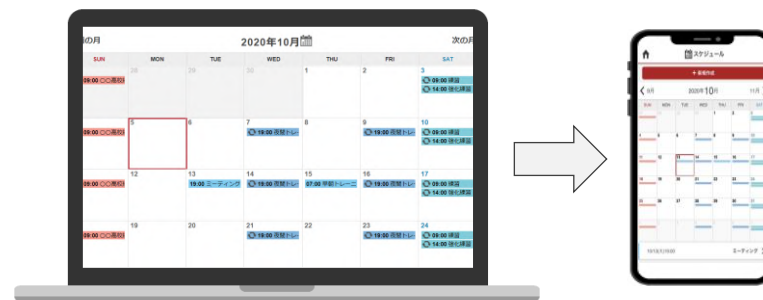


テキスト・画像・動画を使ってチームの連絡ごとをAtleta上で作成でき、配布する紙の削減につながります。



「チームノート」の機能を使って、選手の相互理解や議論を促す活用ができます。

スケジュール



スタッフの画面で設定したスケジュールが各選手、保護者のアカウントに即座に反映されます。
チームの運営上不可欠な直前のスケジュール変更もリアルタイムに反映でき、連絡の手間を省きます



無料の保護者アプリ機能

保護者は選手につき**3名**まで無料で作成できます

- ✓ 連絡ボード、スケジュールの受理
- ✓ 指導者からの発信のみ
- ✓ 見逃しを防ぐ通知機能

データ活用・データ分析

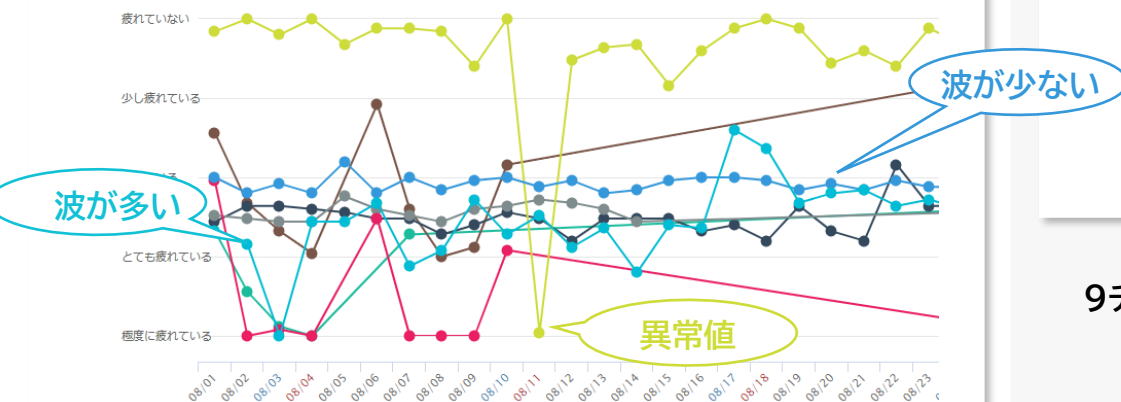
蓄積されたデータはあらゆる形でアウトプット可能。活用目的に合わせてご利用ください。

ダッシュボード



ダッシュボードで日々の選手の状況をざっくり把握できます

分析機能



分析機能では対象選手と期間を絞ってデータを確認できます

振り返り・意識改革



ノート代用

9チームの悩みにあわせて、種類のレポート作成が可能
印刷して配布することで毎月の振り返りに

目的に応じたレポート

測定データ管理



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

※データのエクспорт・インポート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

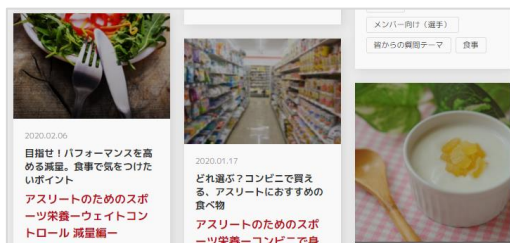
Atleta機能紹介



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



最新情報は
運営からのご案内

HOME画面から
アクセス

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



部活動顧問の先生方にご参加いただいての座談会や、
スポーツ×心理学のセミナーを開催しています。