

## 勇大 渡邊

2021-11-17 14:41



### ライダー

勇大 渡邊

年齢: 43

男性

yudai.watanabe@specialized.com

### サイト

Specialized Tokyo

Nishi-Shinjyuku 8-16-2

Shinjyuku-ku, Tokyo 160-0023

Japan

81-3-5332-5900

<http://specialized-conceptstore.blogspot.jp/>

11:00-20:00

### バイク

メーカー/モデル: SP, TARMAC SL7

サイズ: 54

モデル年: 2021

バイクタイプ: ロード

### フィッター

勇大 渡邊

yudai.watanabe@mitsuboshifs.onmicrosoft.com

### 備考

# アセスメントレポート

## 気がかりな箇所と傷病履歴

首:

肩:

背中:

腰:

脚長差:

股関節:

膝:

足首: 右腓骨骨折、足首内反捻挫

足:

矯正具: カスタムインソール

手:

その他:

## エクスペリエンス

サイクリング歴: 27年

ライディングスタイル: 競技思考

週当たりのライド時間: 5~10年

その他のスポーツ: ゴルフ、MTB DH

ゴール: 今の最適化、左ひざが痛くなるロングライド時

サイクリング時の気がかりな点: ゴールと同じ

職業:

ノート:

## 坐骨結節測定

坐骨結節幅: 114

足	左	右
前足部の角度:	内反, 顕著	内反, 顕著
後ろから見た足の構造:	外反, 軽度	外反, 軽度
アーチ:	中程度のアーチ高さ	中程度のアーチ高さ
足首の背屈:	全可動域, 対称	
足首の底屈:	全可動域, 対称	

脚	左	右
下肢のアライメント:	ニュートラル	
下肢のアライメント 二:	ニュートラル	ニュートラル
ハムストリングの柔軟性:	全可動域	全可動域
ハムストリングの柔軟性アライメント:	55	50
股関節屈曲:	全可動域	全可動域
股関節屈曲測定値:	129	116
脚長差の結果:	同じ	
頰骨祖面の比較:	同じ長さ 同じ長さ	
膈頸靭帯:	軽度	ニュートラル

脚 二	左	右
3分の1膝屈伸 股関節:	不安定	安定
3分の1膝屈伸 膝関節:	外反, 軽度	外反, 軽度
3分の2膝屈伸 足:	不安定	不安定
コア不安定		
大腿四頭筋:	軽度	軽度
股関節屈筋:	ニュートラル	ニュートラル
Qアングル:		
股関節内旋の可動域:	全可動域	全可動域
股関節外旋の可動域:	ニュートラル	ニュートラル
上体		
立位体前屈: 制約無し		
脊柱の位置: ニュートラル		
脊柱湾曲: 腰椎前湾, 軽度		
肩の可動域: 全可動域		
肩甲骨の位置: 安定		
頸椎屈曲の可動域: 全可動域		
頸椎伸展の可動域: 全可動域		
骨盤の水平度: ニュートラル		
頸椎回旋の可動域: 左: 制約のない可動域 右: 制約のない可動域		

THIS BIKE FIT PERFORMED USING THE **RETÜL** SYSTEM

# ZINレポート: フィット前

2021, 54 - SP, TARMAC SL7 (ロード)

メモ:

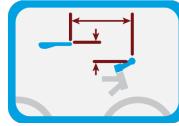
## 部品

ステム	スペーサー高さ	クランク長	ペダル	サドル	ハンドルバー	シューズ
-6° x 100ミリメートル	35ミリメートル	170ミリメートル	Garmin RALLY	SW TOUPE 143		スペシャライズド EXOS 43

## 測定と角度

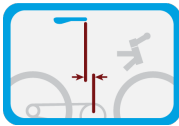


サドル高: 730ミリメートル  
ボトムブラケットからサドル全長の中心

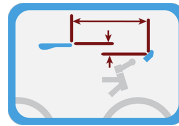


ハンドルバーリーチ: 521ミリメートル  
サドル先端からハンドルバートップまでの水平距離

ハンドルバー落差: -76ミリメートル  
サドル全長の中心からグリップ頂点の水平距離(ハンドルバーが下の場合はマイナス表示)



サドルセットバック: -53ミリメートル  
ボトムブラケット中心からサドル先端までの水平距離(サドルが後ろの場合はマイナス表示)



グリップリーチ: 635ミリメートル  
サドル先端からグリップまでの水平距離

グリップドロップ: -62ミリメートル  
サドル全長の中心からグリップ全長の中心までの水平距離(グリップが下の場合はマイナス表示)



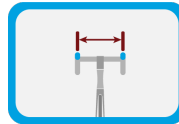
サドル角度: -2°  
水平線を基準としたサドル角度



ハンドルバーリーチ: 45ミリメートル  
ハンドルバー中心からグリップ後端



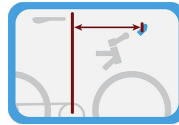
実際のシートアングル: 75°  
ボトムブラケット中心からサドル全長の中心



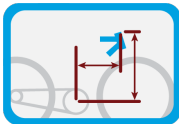
グリップ幅: 418ミリメートル  
グリップセンターからハンドルバーセンター



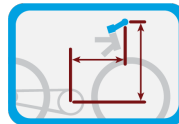
グリップアングル: 26°  
水平線を基準とした角度(前上がりはプラス表示)



ボトムブラケットからグリップまでの水平距離: 582ミリメートル  
ボトムブラケットからグリップ最深部までの水平距離



フレームスタック: 533ミリメートル  
フレームリーチ: 387ミリメートル  
ボトムブラケットからヘッドチューブ中心



ハンドルバースタック: 612ミリメートル  
ハンドルバーリーチ: 468ミリメートル  
ボトムブラケットからハンドルバー中心

THIS BIKE FIT PERFORMED USING THE **RETUL** SYSTEM

# 左右にフィットリポートを表示: ノーマル

SP, TARMAC SL7

パワー: Unknown Watts

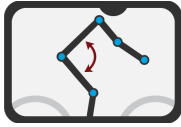
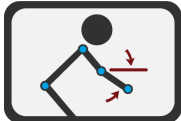
左列のリポート:

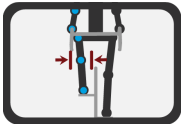
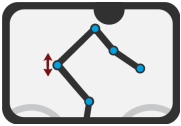
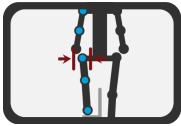
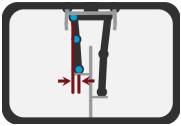
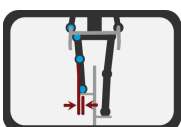
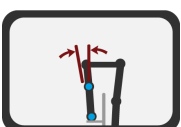

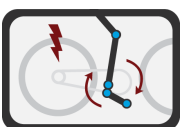
右列のリポート:

## RETÜL ステップ1-4

	左		右		左		右
	94°	最低時の踵角度	90°		107°	膝角度屈曲	109°
					34°	膝角度伸展	35°
	-46ミリメートル	膝からペダル軸への距離	-42ミリメートル		48ミリメートル	股関節の垂直距離	51ミリメートル
	7ミリメートル	前から見た股関節が上下した際の横方向距離	9ミリメートル		-10°	足の回旋平均値	-10°
	90	平均ケイデンス	91		-23ミリメートル	足に対しての膝前後位置	-18ミリメートル

## RETÜL ステップ5-8

	左		右		左		右
	78°	肘に対しての肩角度	76°		41°	背中角度	43°
	90°	手首に対しての肩角度	86°		149°	肘角度	156°
	63°	股関節の最小角度	61°		90	平均ケイデンス	91
	-31°	前腕角度	-38°				

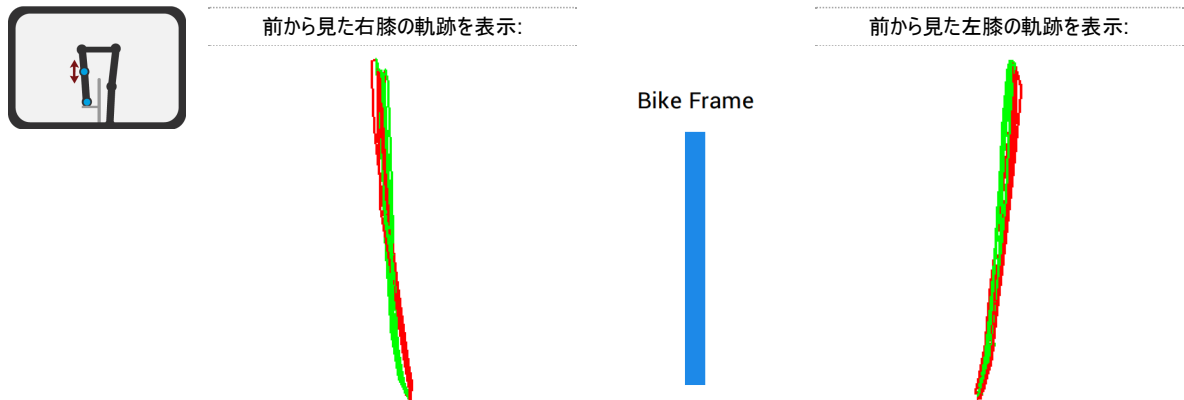
	左	右		左	右
	30ミリメートル	前から見た膝が上下した際の横方向距離	27ミリメートル		48ミリメートル 股関節の垂直距離 51ミリメートル
	7ミリメートル	前から見た股関節が上下した際の横方向距離	9ミリメートル		1ミリメートル 股関節から足への横方向距離 -8ミリメートル
	15ミリメートル	前から見た膝と足の横方向距離	12ミリメートル		6° 前から見た膝が上下した際の軌道角度 5°
	-10°	足の回旋平均値	-10°		90 平均ケイデンス 91

仕事量

	左	右	
	90	平均ケイデンス	91
	101	最大ケイデンス	104

マーカの軌跡

記述: マーカ軌跡は前から見た状態を記しています。軌跡はレポートの左が右膝、右が左膝を表しています



# 左右にフィットリポートを表示: ブースト

SP, TARMAC SL7

パワー: Error2 Watts

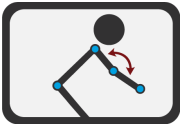
左列のリポート:-

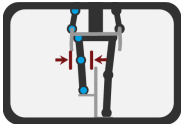
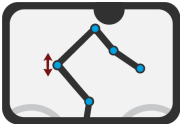
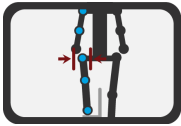
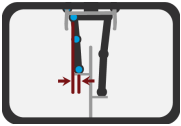
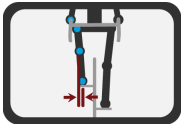
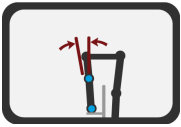


右列のリポート:

## RETUL ステップ1-4

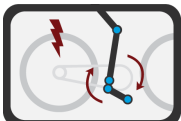
	左	右		左	右
	-	最低時の踵角度 91°		-	膝角度屈曲 111° 膝角度伸展 39°
	-	膝からペダル軸への距 -29ミリメートル		-	股関節の垂直距離 53ミリメートル
	-	前から見た股関節が上下した際の横方向距離 6ミリメートル		-	足の回旋平均値 -10°
	-	平均ケイデンス 100		-	足に対しての膝前後位置 -7ミリメートル

## RETUL ステップ5-8

	左	右		左	右
	-	肘に対しての肩角度 70°		-	背中角度 35°
	-	手首に対しての肩角度 97°		-	肘角度 113°
	-	股関節の最小角度 51°		-	前腕角度 -12°
				-	平均ケイデンス 100

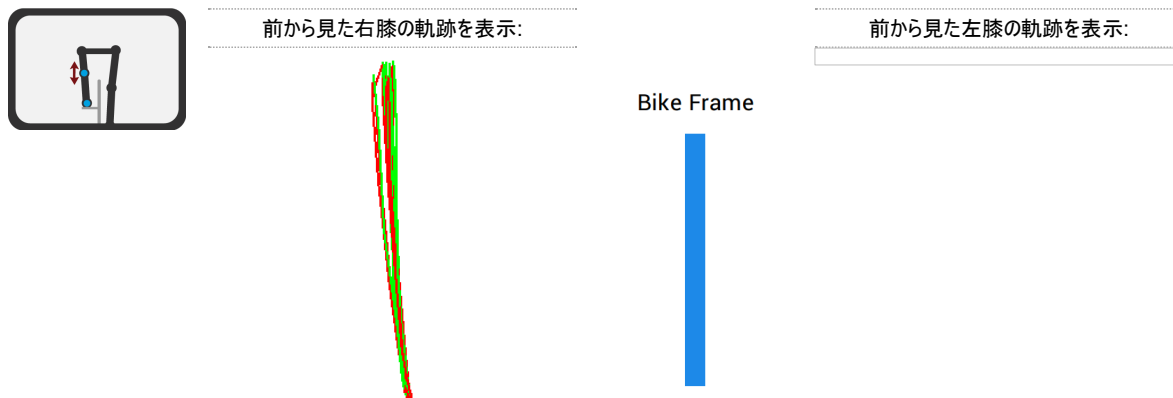
左		右		左		右	
	- 前から見た膝が上下した際の横方向距離	22ミリメートル		- 股関節の垂直距離	53ミリメートル		
	- 前から見た股関節が上下した際の横方向距離	6ミリメートル		- 股関節から足への横方向距離	-11ミリメートル		
	- 前から見た膝と足の横方向距離	16ミリメートル		- 前から見た膝が上下した際の軌道角度	4°		
	- 足の回旋平均値	-10°		- 平均ケイデンス	100		

仕事量

左		右	
	- 平均ケイデンス	100	
	- 最大ケイデンス	120	

マーカ-の軌跡

記述: マ-カ-軌跡は前から見た状態を記しています。軌跡はレポートの左が右膝、右が左膝を表しています





# 画像

ノーマル上



ノーマル下



THIS BIKE FIT PERFORMED USING THE **RETUL** SYSTEM

# 画像

ブースと上



ブースと下



THIS BIKE FIT PERFORMED USING THE **RETÜL** SYSTEM