

## NEWS RELEASE

令和7年8月1日  
独立行政法人日本スポーツ振興センター  
広報室

### 「Total Conditioning Research Project情報発信サイト」を開設

独立行政法人日本スポーツ振興センター（JSC：JAPAN SPORT COUNCIL 理事長 芦立訓）が設置するハイパフォーマンススポーツセンター（HPSC：JAPAN HIGH PERFORMANCE SPORT CENTER）は、HPSC が推進する「トータルコンディショニング」についての最新知見等を見やすくタイムリーに届けるため「Total Conditioning Research Project 情報発信サイト」を、本日8月1日（金）に新たに開設しました。

HPSC と大塚ホールディングス株式会社はスポーツ医・科学の振興、国際競技力の更なる強化に向けた産官学の共同研究・プロジェクト「JSC ハイパフォーマンススポーツセンターTotal Conditioning Research Project」を2016年12月から開始し、2023年からは後継プロジェクトである「TCRP NEXT\*」を実施しています。スポーツ分野における持続可能な国際競技力（ハイパフォーマンス）のためのコンディショニングに関する研究と、それらの成果を国際競技力のみならず国民のライフパフォーマンス向上へ活用・応用するための普及・啓発活動を行っています。

\*JSC ハイパフォーマンススポーツセンターTotal Conditioning Research Project NEXT

今回開設したサイトでは、トータルコンディショニングに関する研究成果やコンディショニングの理論・実践法等をまとめた書籍・ハンドブックの紹介、講習会の開催情報等を集約し、アスリートやアスリートを支える各エキスパート（スポーツ指導者、専門スタッフ、研究者・教員等）に向けて解説・情報提供することを目指しています。

今後、掲載する情報も充実させていく予定です。本サイトを通じて、充実したコンディショニングの実践やアスリートのより高いパフォーマンス発揮にぜひ活用ください。また、ライフパフォーマンスの維持・向上にも役立つヒントも掲載していきます。

#### 【Total Conditioning Research Project 情報発信サイト】

<https://hpsc-totalconditioning.jpnsport.go.jp/>



※本サイトは大塚ホールディングス株式会社・大塚製薬株式会社との共同プロジェクト「JSCハイパフォーマンススポーツセンターTotal Conditioning Research Project NEXT」の一環として作成したものです。

# Total Conditioning Research Project 情報発信サイト

ハイパフォーマンススポーツセンター（HPSC）では、東京2020大会以降、コンディショニングの新しい概念として「トータルコンディショニング」を推進しています。  
本サイトではトータルコンディショニングに関するコンテンツを集約し、最新情報を発信します。

## 1 「トータルコンディショニング」とは

コンディショニングやトータルコンディショニングの考え方について解説しています。



## 2 プロジェクトの概要

「Total Conditioning Research Project」は2016年にスタートしました。現在は後継プロジェクトである「Total Conditioning Research Project NEXT」を実施しています。概要に加え、沿革を掲載しています。



## 3 「アスリートのためのトータルコンディショニングガイドライン」

2023年に発刊した書籍「アスリートのためのトータルコンディショニングガイドライン」に関する情報を掲載しています。



## 4 「アスリートのためのトータルコンディショニングハンドブック」

ガイドラインを分かりやすく解説した「アスリートのためのトータルコンディショニングハンドブック」（2024年発行）の紹介と全ページPDFのリンクを掲載しています。



## 5 お知らせ

トータルコンディショニングに関するセミナーや講習会を開催しています。開催情報は「お知らせ」からご確認ください。



## 6 研究情報アーカイブ

トータルコンディショニングやコンディショニングの理論・実践法に繋がるこれまでのTotal Conditioning Research Projectの研究成果の一覧を掲載しています。



他にも、中央競技団体様向けページを用意しています。  
(中央競技団体様宛に別途ご案内します。)

※本サイトは大塚ホールディングス株式会社・大塚製薬株式会社との共同プロジェクト「JSCハイパフォーマンススポーツセンターTotal Conditioning Research Project NEXT」の一環として作成したものです。

こちらから

