

2023-2024 핸드볼 H리그 신인 드래프트

신인 드래프트 컴바인

24-25 핸드볼 H리그



 한국핸드볼연맹
KOREA HANDBALL ASSOCIATION

 H LEAGUE
2024-2025

 에이치아이마케팅
— HANDBALL INTEGRATED MARKETING —

개요

공식 명칭	24-25 핸드볼 H리그 신인 드래프트 컴바인
일시	2024년 10월 22일(화), 10:00~18:00
장소	SK핸드볼경기장 지하 보조경기장 및 회의실
목적	<ol style="list-style-type: none">1. 드래프트 참가 선수들의 마지막 쇼케이스 기회 제공2. 구단에게 선수 기량 최종점검 및 테스트를 통한 객관적 관찰 기회 제공
내용	<ul style="list-style-type: none">- 신체 계측- 피지컬 테스트 (n개 항목, n개 테스트)- 연습경기- 미디어 교육

타임라인

시간	내용	세부 내용
10:00~12:00	남자부 측정	<ul style="list-style-type: none">• 신체 계측• 움직임 검사• 파워, 속도, 민첩성 측정
12:00~13:00	남자부 연습경기	<ul style="list-style-type: none">• 3개조 10분씩 3파전
13:00~14:00	남자부 미디어 교육	<ul style="list-style-type: none">• 드래프트 인터뷰 교육 (연맹 회의실)
14:00~16:00	여자부 측정	<ul style="list-style-type: none">• 신체 계측• 움직임 검사• 파워, 속도, 민첩성 측정
16:00~17:00	여자부 연습경기	<ul style="list-style-type: none">• 3개조 10분씩 3파전
17:00~18:00	여자부 미디어 교육	<ul style="list-style-type: none">• 드래프트 인터뷰 교육 (연맹 회의실)

지표 측정 세부 내용

측정항목	Index	세부 내용
신체 계측	신장	• 신장 측정
	몸무게	• 몸무게 측정
	윙스팬	• 양 팔 최대 길이 측정
	다리 길이	• 다리 길이 측정
움직임 검사	정적 움직임 검사	• 발, 발목 검사 • 무릎 검사 • 허리, 골반, 엉덩이 검사 • 머리, 목 검사
	기능적 움직임 검사(FMS)	• 신체 가동범위 검사
	동적 평형성 검사(Y-Balance Test)	• 하지 협응 및 균형 검사
파워 측정	하체 근력	• 반동동작 점프(CMJ)
	제자리 멀리뛰기	• 제자리 멀리뛰기
스피드	27m Sprint	• Stationary 5m / 10m / 20m / 27m
민첩성	가로 스텝 민첩성	• 3 Corn Test
	세로 스텝 민첩성	• T-Test