



“縦振り” 野球セミナー 群馬会場

今年の“縦振り” 野球セミナーは『奥行きを操作する』というテーマでお送りします。

『バッティング』では速い球、強い球に負けないためのバットコントロールを「ボールの高低」を利用して練習できることがわかりました。『ゴロの捕球送球』では打球に対して「ある心構え」で準備することにより不測の事態への対応力が上がるということがわかりました。『ピッチング』では現状の球速を変えずにボールの強さや質を高め、緩急を使えるような感覚を磨ける練習を作り出すことができました

目的、裏付けがはっきりした練習方法を体系立ててご紹介します。選手だけでなく、ぜひ指導者の方も実技に参加して頂いて、ご自身の身体で感じてみてください。みなさんにお逢いできるのを楽しみにしています。

今年も縦振りがアナタの価値観を揺さ振ります。

[主催・講師] 株式会社メイク・ユア・ロード
スポーツ強育家／代表取締役
榊原 貴之

昭和49年生まれ、神奈川県出身



全国の野球チームに対して“縦振り”という考え方を基に走攻守の技術を始め、チーム創りに関するアドバイスを行う。各地に手野球教室や指導者講習会などの講師も担当。東京、神奈川で小中学生対象の各種野球スクールを開校。バット、ボール、グラブという道具の扱い方の感覚を養う指導で選手たちの能力を引き出すのを得意とする。

『世の中を元気に！』という熱い信念を持って、全国で活動中！！

ホームページ <http://www.tateburi.net/> で検索
Twitter、Facebookにて野球観や人生観の“気づき”を毎日綴っています。
“縦振り”の最新情報もこちらに載せていますのでホームページからどうぞ。



[開催趣旨] 各地域における野球振興
中高生の競技力及び指導者の指導力向上を目的とする

[定員] 指導者 30名・選手 20名

※各チーム参加選手は**3名様**までと限らせて頂きます。
野球用具はご自身のものを持参してください。
「ヘルメット、バット、グラブ」は必ずお一人様一つずつご用意ください。

[受講料] 指導者 5,000 円・選手 1,500 円

[実施日] 2019 年 2 月 10 日 (日)

[会場] 群馬県立勢多農林高等学校 グランド
群馬県前橋市日吉町 2-25-1

悪天候の場合は中止とさせていただきます。
ご連絡は電話にて当日朝 7 時半に致します。

※お車でお越しの方は学校内の駐車場をご利用ください。
※昼食は各自でご用意ください。

[時間] 9:00～15:45

[予定プログラム] ※内容は変更されることがあります

- 8:30～ 受付開始
9:00～ 9:10 開会 『縦振りとは・・・』
9:10～11:00 『バッティング』
インパクト、体重移動の感覚を養う
11:00～12:00 『スローイング』
腕のスイング、体重移動の感覚を養う
12:00～13:00 昼休憩
13:00～14:00 『ピッチング』
リリース、体重移動の感覚を養う
14:00～15:30 『グラブハンドリング』
グラブの扱い方、ステップワークの感覚を養う
15:30～15:45 質疑応答・閉会

[お申込み・お問い合わせ]

F A X 050 (3737)9461

お電話 090(8301)7565

メール sakaki@tateburi.net

ホームページ <http://www.tateburi.net/>

メイクユアロード で検索



セミナー参加申込書

フリガナ	
代表者 名 前	
チーム名	
住所	〒
携帯番号	

【参加者人数を明記してください】

- ※ 受講料は当日の現金のお支払いになります。
- ※ つり銭のないようにご協力をお願い致します。

指導者	名	受講料 5,000 円	合計金額 円
選手	名	受講料 1,500 円	合計金額 円
			合計 円

通信欄