

夏休み短期野球教室

対象：小学生

野球がじょうずになりたい！

投げ方を子どもに教えて欲しい！

よくバント処理で暴投してしまう...

足が速いのに走塁がヘタ...上手くないたい！

ヒジを上げているつもりだがよくコーチにヒジを上げろ！と怒られる...



野球の観点・医学的な観点・小学生の指導方法を踏まえて

運動指導致します。

参加無料！

【保護者向け特別講演】黒田博樹投手(ドジャース)の元専属トレーナー mac高島(高島誠)さんが8月19日(金)来て下さいます！！

【内容】

体を柔らかくする運動方法や投げ方の基礎、それぞれのポジションに応じた技術について指導します。

【金額・時間】

曜日：月、火、木、金
時間帯：13:00～14:00

1回券：1500円

3回券：4000円

5回券(団体割引あり)：6000円

* 2人で入会100円引き

3～5人での入会は1人につき

100円ずつ割引↑

6人以上の入会は500円引き

【人数】

1度の指導：5～6名対象

全体の定員数：25名

【申し込み方法】

本人の確認、簡単な問診、会計等ございますので、来院ください。

団体入会の方は代表者(保護者1名)と参加者(全員)でお越しください。

* 定員数に達し次第募集終了とする

* 締め切りは7月16日(土)12時まで

★特別講演の締切は8月18日(木)まで★

あおいクリニック あおいクラブ

AOI CLINIC

交野市松塚1-1リーズ健康館2F (旧オレンジタウン)

問い合わせ **072-891-3914**

京阪交野線『郡津駅』降りて徒歩1分



～予定表～

7月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19 W	20	21 W	22 W	23
24	25 W	26 ①	27	28 ①	29 ①	30
31						

8月

日	月	火	水	木	金	土
	1 ①	2 ②	3	4 ④	5 ③	6
7	8 ④	9 ③	10	11 ⑥	12 ⑤	13
14	15 ③	16 ④	17	18 ⑤	19 特別	20
21	22 ⑥	23 ⑤	24	25 ③	26 ④	27
28	29 ②	30 ⑥	31			

W＝ウォーミングアップ指導(ケガの予防、柔軟性の向上＝体が硬くてできない動作の改善)

①＝基礎投球指導(基本となる投球動作について指導)

②＝走塁指導(出塁後の走塁や打撃後の走塁のポイントについて指導)

③＝ピッチャー(windアップ、セットポジション時の投球動作、バント処理の足の運びについて指導)

④＝キャッチャー(セカンド送球時の足の運びや、バント処理の足の運び方、キャッチャーの投球動作について指導)

⑤＝内野手(捕球の仕方、捕球から送球までの足の運びや投球フォームについて指導)

⑥＝外野手(捕球の仕方、捕球から送球までの足の運びや投球フォームについて指導)

特別＝高島さんによる指導者・保護者向け特別講演です。野球教室参加者以外の保護者や選手も可能です。人数の把握をしたいため、表記の電話番号に問い合わせさせていただき、来院した際にご連絡ください。

*** 注意事項 ***

●ポジションにより人数の偏りができる恐れがあるため、一部日程を変更、考慮する場合があります。

●①～⑥に関して、各日基本は5～6名で行います。Wに関して、各日の人数制限はありません。

●①、③～⑥に関して、繰り返し技術指導が必要であるため、重複して参加することができます。

●一度挑戦してみたいポジションの指導もします。この機会に別ポジションの参加もしてみてください。

●②(走塁指導)に関しては同じ内容であるため、同一人物の重複はできない。

●①～⑥のみの受講はできません！ウォーミングアップの受講が必須となります！

