

福島から世界に向けて! 13年間培ってきたバドミントン指導の集大成!!

世界基準のバドミントンを目指して

富岡第一中学校 ＝ 猪苗代中学校 バドミントン部の軌跡

史上初の

2018年
全中で

6冠を達成した

猪苗代中学校バドミントン部

男女団体

男女シングルス

男女ダブルス

13年間の活動の中で、日本代表として世界で活躍する桃田賢斗選手をはじめ多くのトップ選手を輩出してきたチームの指導法を初公開。強豪校と言えば、きついトレーニングや特別な練習をしているのではないかと思う方も多いかと思いますが、そうではありません。ここで紹介する練習法は、普遍的なものも多く、どの学校でも取り組めるものばかりです。齋藤先生が大切にしている「生徒のやる気を引き出す」ための工夫と智慧が詰まった作品は、中学生年代の指導者必見です。

指導・解説: 齋藤 亘

ふたば未来学園バドミントン部 顧問

前 富岡第一中学校/猪苗代中学校バドミントン部顧問

実技協力: 富岡第一中学校/猪苗代中学校 バドミントン部



普通の練習でも強くなる!

選手を伸ばす
指導の秘訣を紹介

弊社DVD通販サイトにて、
より詳細な内容や
サンプル映像を公開中!



1056-
1

世界基準の指導論・ ウォーミングアップ& トレーニング編

世界の強豪チームやトップ選手を見続けてきた齋藤先生が考える、トップ選手を育てるための指導論や選手のモチベーションの上げ方、またバドミントンに必要な体力・筋力を身に付けるためのトレーニングを紹介します。



1056-
2

シングルスノック練習& シングルス対人練習編

ここでは、シングルスに必要な体力・技術・動きを身に付けるための練習を紹介し、練習をより効果的に行うためのポイントや選手のモチベーションアップに繋がる工夫も随所に収録。猪苗代中で行われているシングルス強化ドリルをぜひご覧ください。



1056-
3

ダブルスノック練習& ダブルス対人練習編

3巻目はダブルスの指導に特化した内容を収録。ダブルス特有の動きや、前後衛の連携を高めるメニューを紹介していきます。コートをうまく活用し、効率的にダブルスの力を高める練習法は、練習場所や時間に制限が多いチームでも活用可能です。

商品番号 1056-S

全3巻セット価格 21,000円+税
第1巻 5,000円+税
第2巻、第3巻 各8,000円+税

送料一律

741円+税

代引

カード払い

ご相談ください

公費対応

ご希望の商品番号を指定し、
DVD通販サイト、電話、FAX、
もしくはハガキにてお申し込み
ください。受注確認後、3～
6営業日以内にお届けします。

お申し込み・お問い合わせはお気軽に!

JLC ジャパンライム 株式会社

TEL.03(5840)9980

〒113-0033 東京都文京区本郷5-25-14

FAX.03(3818)6656

2019.5



ジャパンライムDVD通販サイト

<http://www.japanlaim.co.jp>

新規会員登録でお得なポイントプレゼント!