

ピッチングを知り尽くした 弘瀬氏の集大成 待望の投球指導 シリーズ!

指導・解説 **弘瀬 拓生**

元高知県立岡豊高等学校 ソフトボール部 監督
元日本ソフトボール協会 強化本部 男子強化委員長

1957年高知県出身。日本体育大学卒業。83年、高知県教育委員会に正式採用。86年岡豊高校に転任し、通算春の選抜3回、夏の総体5回優勝。その間世界ジュニア選手権の日本チーム監督、コーチを歴任。指導の傍ら、高知県国体選手として成年男子の部に出場し優勝6回。世界選手権大会にも2度出場。2003年、現場指導から離れ、日ソ協の男子強化委員長就任。競技者育成プログラム、一貫指導体制づくりなどに携わった。09年から県立高校教頭となり、17年3月末退職。現在は有限会社土佐土建に勤務。



弘瀬流

1077-S ブラッシングの 極意

意のままにボールを操る

ピッチャーの能力を最大限に伸ばす! 見るべきポイントと指導法

近年ルールが改定され、ピッチングスタイルも大きく変わりました。しかし、どのようなフォームであっても、核となるのは「ブラッシング」であると弘瀬氏は考えます。ボールの握りや腕の振りなど、ピッチングはいくつもの動作が連なって正確な投球へと繋がっています。特にブラッシングは、客観的に見ると一瞬の動作ですが、その中でも大切な要素がいくつも存在します。もちろん正確なコントロールを身につけるとなれば、投げ込みは必須です。しかし、速球や変化球を投げる上で、「どのように身体を使うのか」「何故ボールが変化するのか」等、根本的な仕組みが理解できていなければ、いくら投げ込んでもピッチングの向上には限度があります。一人一人のピッチャーにはそれぞれ特質があります。同じフォームで投げれば技術が向上するわけではありません。型にはまったピッチング指導ではなく、複数の提案の中から自分に合ったピッチングを見つけ出しているだけのような内容となっております。選手として、指導者として、世界を相手に戦ってきた弘瀬氏が、ピッチングの奥深い部分まで掘り下げます。ピッチング技術向上にぜひお役立てください。

小学校5年生からソフトボールを始め、選手・指導者として世界で戦い続けてきた弘瀬氏。ソフトボールと共に歩み続けた50年間を1冊の本にまとめました。指導者の鉄則・心得、努力とは何かを教えてください。是非DVDと一緒にご覧ください。



1077-1 45min

細分化して見るウインドミル投法

ここでは、ウインドミル投法を細かく分解し、1つ1つの動きや役割を丁寧に解説していきます。仕組みを理解し、ピッチングにより磨きをかけていただくことを狙いとします。また、スロー動画でブラッシングやボールの回転を見ることで、実際のスピード感の中では見ることが難しい細かい部分を視覚的に理解することができます。



1077-2 43min

ブラッシングを極める

ここでは更なるレベルアップのための練習をご紹介します。ピッチングの核となるブラッシングはボールに回転を与えるためにも重要な動作です。どのように強いスピンをかけ、それによりボールに変化が加わるのかをご説明いたします。また、ピッチング向上のために考案されたチューブトレーニングの紹介や、実際に中学生男子を指導する様子なども収録しております。



実技協力

高知県 土佐市立高岡中学校 男子ソフトボール部

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!



スローカメラで見る!ブラッシングとボールの回転・変化

商品番号 1077-S

DVD2枚組(分売不可)十特典
14,300円(税込・送料別)
DVD2枚組(分売不可)
13,200円(税込・送料別)

送料一律

800円(税込)

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



ジャパンライムDVD通販サイト

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

新規会員登録でお得なポイントプレゼント!

2019.10