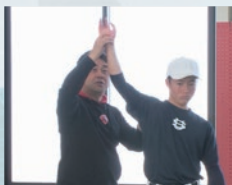


カラダの専門家が提案する 「効果的なカラダの使い方」とは!?

「キャッチボール」は野球の練習において必ず行うものです。しかし、ウォーミングアップの一環として何気なく行ってしまいうことも多いのではないのでしょうか。今回は、東海大学野球部でのトレーナー経験を持ち、数多くの野球選手の指導を行って来た森克実氏に、「パフォーマンス向上」と「障害予防」を両立するキャッチボールを紹介して頂きました。



障害予防にも繋がる練習法は
ジュニア年代の指導者必見

毎日行う「キャッチボール」を変えるだけで
パフォーマンスは向上する!

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!



全ての基礎・基本に繋がるカラダの使い方

パフォーマンス向上と 障害予防に繋がる 「キャッチボール」

指導解説

森 克実氏 (G5 SPORTS 代表)



東海大学野球部にて6年間トレーナーを務めその間に東海大学菅生高等学校でも指導に携わり、学生時代の菅野智之選手のトレーニングも担当。その後、岐阜県で中学校野球指導に従事。現在は、「G5 SPORTS」の代表として岐阜県内の小中高生のトレーニング指導と共に、トップアスリートのコンディション、トレーニング指導も行っている。

実技協力: 岐阜県/G5 SPORTS 滋賀県/オセアン滋賀 JBoy's

商品番号 1103-S

全1巻 ¥8,800(税込)

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営業日以内でお届けします。

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!

2020.07