

ライズボールをマスターし、実戦力を開花させよう!



ザ・ウィニングショット!!

～ライザー宮平のピッチングスタイル～

- 指導・解説：宮平 永義（沖縄工芸村ソフトボールチーム 投手／元沖縄県立美来工科高等学校ソフトボール部監督）
- 実技 協力：福仲 直人（沖縄工芸村）
- 撮影 協力：沖縄工芸村ソフトボールチーム・沖縄県立美来工科高等学校

●宮平永義投手の経歴

昭和63年	全国高校新人選抜大会 優勝
	国民体育大会京都国体 少年の部（沖縄選抜） 優勝
平成元年	日本体育大学入学 第3回 世界ジュニア選手権大会 3位
	大学選手権大会 優勝
平成2年	大学選手権大会 3位
平成3年	大学選手権大会 優勝
平成4年	第8回 世界選手権大会 4位（フィリピン）
平成8年	第9回 世界選手権大会 3位（アメリカ）
平成12年	第10回 世界選手権大会 2位（アフリカ）
平成17年	第7回 世界ジュニア選手権大会 2位（カナダ）※コーチとして参加

●沖縄工芸村ソフトボールチームの実績

《全日本クラブ選手権大会》	優勝6回（平成6、10、11、12、13、14年）、準優勝1回
《全日本選手権大会》	優勝1回、準優勝1回、3位2回
《国民体育大会》	準優勝3回、3位5回

DVD No. 529-S 47分

全1枚 8,400円（税込・送料別）

独自のスタイルを極めた宮平投手のライズボール指導方法

今回のシリーズでは、日本トップクラスのライズボール投手であり沖縄工芸村ソフトボールチームのエース、宮平永義投手のピッチングに迫りました！

ソフトボールのピッチング（ウィンドミル投法）指導は、難しく考えることはありません。

なぜならば基本的な投球動作は、セット・踏み足・身体の向き・フォロースルーであり、全ての動作の流れを段階的に理解し、一連の動作で行うことでウィンドミル投法が完成するからです。

完成したウィンドミル投法の基本動作からライズボールを中心に、スライダー、ドロップ、チェンジアップの投球法、さらに修正指導などピッチャー宮平氏の経験から培われた投球の極意を紹介いたします。

様々なピッチングスタイルから自分に合ったスタイルを取り入れ、自分流にアレンジをしてオリジナルのピッチングを磨き上げてください。

ピッチングスタイルをわかりやすく紹介します

《基本の投球動作・セットからフォロースルー》

- ① セットの仕方
- ② くの字姿勢での体重移動
- ③ ライン上での全身動作
（足の踏出し／腰と肩の位置／胸の張り／腕の回旋／ブラッシング）
- ④ フォロースルーまでの一連動作
* ONE POINT：スピードを出すために

《ライズボールの投球動作》

- * ライズボールの握り方
- * ライズボールの投球法 ① 下からかき上げる／② スピンをかける

《投手のタイプ別修正法》

- ① 右投手（浜比嘉 宗児）
 - ② 左投手（楚南 龍人）
- * ONE POINT：ライズボールの練習方法

《スライダーの投球動作》

《ドロップの投球動作》

《チェンジアップの投球動作》

《ピッチャーの育成法について》

- * 投球の基本動作で、特に重要なポイントについて…
- * ピッチャーを育成するために必要になる練習について…
- * 変化球を指導する際、気を付けている点について…
- * ピッチャーに対する意識付けについて…



●お申し込み・お問い合わせは、お気軽に…

●最新情報、グループ各社の活動、インターネットからのご注文は… <http://www.japanlaim.co.jp>

JLG ジャパンライム株式会社
TEL.03(5840)9980

FAX.03(3818)6656
〒113-0033

東京都文京区本郷5-25-14本郷竹下ビル4F

お申し込み方法

- ご希望のDVD No.を指定し、電話かFAX、ハガキ、もしくはホームページにてお申し込みください。
- お名前／ご住所：電話／お勤め先：電話／お支払い方法をご連絡ください。
- 送料は何枚でも525円です。
- 表示価格は消費税込みの価格です。

↓記入例

- DVD No.
- お名前
- ご住所／TEL
- お勤め先／TEL
- お支払い方法

お支払い方法

- 到着日指定の「代金引き換え」の宅急便でお送りします。
- 学校公費及び教育機関、また個人研究費などでご購入の場合は、必要書類は担当者までお申し付けください。
- 半年後の一括支払い（金利無し）及び、月々3,000円からの分割支払いもご利用いただけます。（個人購入のみ、クレジット扱い）
- カード（JCB、VISA、MASTER、DC、UC、UFJ、NICOS、ダイナース、クレディセゾン、アメリカンエクスプレス、イオンクレジット、TOPSカード）もご利用できます。