



商品番号
896-S

様々な生徒へ対応するために
考えられた段階的ドリル集!

全1巻
8,000円+税
(送料別)



1対1で勝つ!

鷲野流ファンダメンタル

～マンツーマン時代を勝ち抜くスキル&ドリル集～

本作では、「徹底して身につけたい個人のファンダメンタルドリル」をコンセプトに、ポジション別に「実戦に直結する」ドリルを収録しています。鷲野監督が必須だと考えるスキルを体系的にまとめたので、順を追って行うことで段階的に正しい動きが身につきます。

2016年度から新ルールが適用され、これからはジュニア世代から「1対1の対応力」が強く求められることとなりました。そこで今回は「1対1を有利に進めるためのファンダメンタルドリル」をご紹介します。相手をかわしてドライブに持っていく、ゴールに対して後ろ向きでDefを背負った状態からシュートまで持っていくなど、マンツーマンディフェンスに対して効果的に動くスキルが満載です!ぜひ、毎日の練習に取り入れて1対1に強くなるプレイヤーを育てていきましょう!!

Defを抜く動きを忠実に学ぶことで
相手に対応したドリブルが身につく!

試合で効果が出たものを精選!
得点率を上げるポストムーブ!



指導・解説

鷲野 鋭久

JBA U-15女子トップエンターコーチ、
藤浪ジュニアクラブ監督
藤浪ジュニアクラブ

実技協力

CONTENTS

54min

イントロダクション

ガード・フォワードのファンダメンタル

1対1の状況で相手の裏を取ったり、瞬間的な間合いの取り方や外し方などここで紹介する1対1のテクニックを身につけることで膠着した局面を突破することができる。実戦に裏付けられたスキルとそれを身につけるためのドリルを紹介する。1対1で勝つためのガード&フォワードプレイヤーの必須スキル&ドリル集!

●1対1ボディムーブ ●突き出しドリブル ●実戦的ドリブル ●もらいごまの1対1

センターのファンダメンタル

ゴール下でのテクニックの中でも極めて実戦的なプレーを厳選して紹介。センタープレイヤーでなくともミスマッチした状況で身につけておけば1対1で勝てる可能性も広がる必須テクニック集!

●マイカンドリル ●ローポストムーブ ●ポスト3人組連続ドリル ●正面ポストムーブ



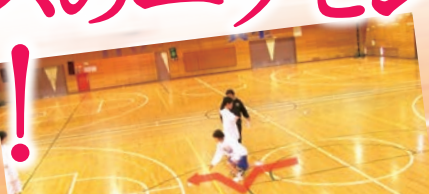
弊社通販サイトにて、
無料サンプル動画公開中!

ジャパンライム DVD バスケット



裏面に鷲野監督DVDシリーズ一覧を掲載!

1対1に強くなる オフェンスのエッセンスが 満載!



鷲野 鋭久 監督

Basketball coaching DVD series



鷲野式・実戦に活きる!直結する! ドリル&戦略・戦術

～藤浪中学校にみるジュニア年代必修の
バスケットボールドリル集～



884-S 全4巻 32,000円+税 各巻8,000円+税(送料別)

- ★これが欲しかった! 本当に実戦で使える戦術とは!?
- ★苦しいときにチームを救った「チームディフェンス」とは!?
- ★どうしてもスコアしたい、相手プレスを突破するとき本当に役立つシステムはこれだ!
- ★大好評の前作『原点回帰!春夏秋冬、徹底するならこの練習!!』を踏襲した珠玉のドリル&戦略・戦術集!!

- 884-1** 毎日必ず行うドリルと進化する“あわせ”/45分
- 884-2** チームディフェンスを徹底するための効果的練習法/51分
- 884-3** イザというときに使える戦略・戦術1/58分
- 884-4** イザというときに使える戦略・戦術2/59分

攻防の基本を徹底する バスケットボール実戦ドリル集

～藤浪中学校・鷲野監督の進化するファンダメンタル～



835-S 全4巻 32,000円+税 各巻8,000円+税(送料別)

- ★原点回帰!春夏秋冬、徹底するならこの練習!!
- ★多忙な中学校現場で能率的・合理的に練習を徹底できる環境をいかに作れるか…そのヒントが満載!
- ★指導者の味付け次第で練習の質や中身が変わる!
- ★素晴らしい練習、ドリルは、形は変わっても後世に残っていく!

- 835-1** 原点回帰Ⅰ～フリーアップドリル&球際ドリル～/61分
- 835-2** 原点回帰Ⅱ～軸づくりドリル&ファーストブレイクドリル～/79分
- 835-3** 原点回帰Ⅲ～ディフェンスドリル～/49分
- 835-4** 原点回帰Ⅳ～あわせドリル～/58分

関連・関係・連動を目指す “あわせ”バスケットボール

～チームファンダメンタルPART2～



725-S 全2巻 16,000円+税 各巻8,000円+税(送料別)

- ★人と“あわせる”感覚・感性を身につけよう!
- ★ボールも人も常に動くバスケットを目指す!!
- ★タイミング、スペーシングを身につけるためのスペシャルドリル集!

- 725-1** “あわせ”ドリルのバリエーション/64分
- 725-2** 3人目の動きを意識したシュートドリルバリエーション/85分



“判断力”と“目的意識”をもった チームファンダメンタル

～目力・合理性の追求～



681-S 全4巻 32,000円+税 各巻8,000円+税(送料別)

- ★クリエイティブな選手を育てるためのエッセンスが満載!!
- ★自分の目で見て、自分で判断できる“目力”を育てる!
- ★指導者＝選手の「共通理解」が強いチームを作る!!
- ★観る⇒察知する⇒判断する⇒あわせる!!

- 681-1** コンセプト&デイリーファンダメンタルドリル/43分
- 681-2** マンツーマンディフェンス/92分
- 681-3** ゾーンプレスディフェンス&プレスダウン/50分
- 681-4** ゾーンオフェンス&速攻/39分



“判断力”育成のための ファンダメンタルドリル

スキルよりウィル～More will than skill～



444-S 全5巻 40,000円+税 各巻8,000円+税(送料別)

緊迫した場面…周りを冷静に見て素早く判断を行う。そしていかにベストのプレーを選択し、無駄なくシンプルに行うことが出来るか。これが、本作の骨子に他なりません。このドリルは、どのような状況・局面で活きるのか…その意味付けをプレーヤーが理解できれば、ゲーム中よく陥るパニックも回避でき周辺視野を確保した「一歩上質」なバスケットボールを展開することが可能になります。日々のトレーニングの質的改善にぜひとも役立てください!!

- 444-1** ウォーミングアップドリル&ディフェンスファンダメンタル/57分
- 444-2** オフェンスファンダメンタル シュート/69分
- 444-3** オフェンスファンダメンタル ドリブル&パス/61分
- 444-4** オフェンスファンダメンタル ジョイント/56分
- 444-5** オフェンスファンダメンタル 総合練習&速攻/65分

インターネットからのご注文は…… <http://www.japanlaim.co.jp> 新規会員登録でお得なポイントプレゼント!

ダウンロード版

ダウンロード版をご希望の方は:

専用サイト

<http://www.jlc-download.com/>

へアクセスし、パソコンからご購入・ダウンロードしてください。
(お支払い方法はカード決済のみとなります)

DVD版

- ご希望の商品番号を指定し、電話かハガキ、FAX、もしくはDVD通販サイトにてお申込みください。受注確認後3～6営業日でお届けします。
- 到着日指定の「代金引換」の宅配便でお送りします(送料は1回につき500円+税)。
- 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(通販サイトの公費購入FAX申込書類でも購入可)。
- カード(JCB、VISA、MASTER、ダイナース、アメリカンエキスプレス、他)もご利用できます(分割可)。

●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
〒113-0033
東京都文京区本郷5-25-14 本郷竹下ビル4F
TEL. 03-5840-9980
FAX. 03-3818-6656