

少しの意識と少しの工夫で 飛距離が伸びる!



【外野を越える長距離砲バッティング 指導法】

指導者の意識が選手の飛距離を伸ばす!

白檀中学校の試合を見て思う、
「なんであの小さい子があそこまで飛ばす!」「外野越えこの試合何本目!?!」。

1-0や2-1など少ない点数で勝敗が決まる中学軟式野球において、
ここまで振る、打つ、越えるチームはなかなかありません。

しかし、練習メニューはどこでも行う練習メニューばかりです。

ではなにが違うのか?という問いは、

この意識で選手がこう変わる!この練習はここを目指す!など

岡先生のこだわりの指導から答えが見つかることでしょう。

練習の8割はバッティング練習という

白檀中学校のバッティング指導を参考に、

外野を越える、柵を越える

長距離砲バッターの育成にお役立て下さい。



指導・解説

岡 裕明

奈良県橿原市立白檀中学校
野球部監督

実技
協力

奈良県橿原市立
白檀中学校 野球部

商品番号 **900-S**

全1巻 **8,000円+税** (送料別)

71
min

イントロダクション

手で操作をする

- 1 シャフトロングティー
- 2 ヘッドスピン
- 3 タイヤ転がし

パワー×スピード

- 1 ロングティー
- 2 ティーバッティング(ソフトボール)
- 3 ティーバッティング(テニスボール)

知ること調整する

- 1 ライナーフェンス
- 2 オーバーフェンス

タイミング

- 1 セーのでティー
- 2 変則フリーバッティング(遠/近/通常)
- 3 見逃す練習

Extra

- 1 だるま落とし
- 2 軸足のタメをつくる



1 シャフトロングティー



2 ヘッドスピン

実際のバッティング
イメージはこちら!



ジャパンライム DVD 野球

検索

外野を越える長距離砲バッティング!?
普通のティーが劇的に伸びる!
JLCの学校でも用意できる!練習できる!

インターネットからのご注文は…… <http://www.japanlaim.co.jp>

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