

明光学園



指導／解説
実技協力

積 孝也 明光学園高等学校
ハンドボール部監督
福岡県／明光学園高等学校ハンドボール部

「攻撃的なディフェンス」のつくり方

創部3年目、1期生の選手たちが果たした2016年のインターハイ準優勝。

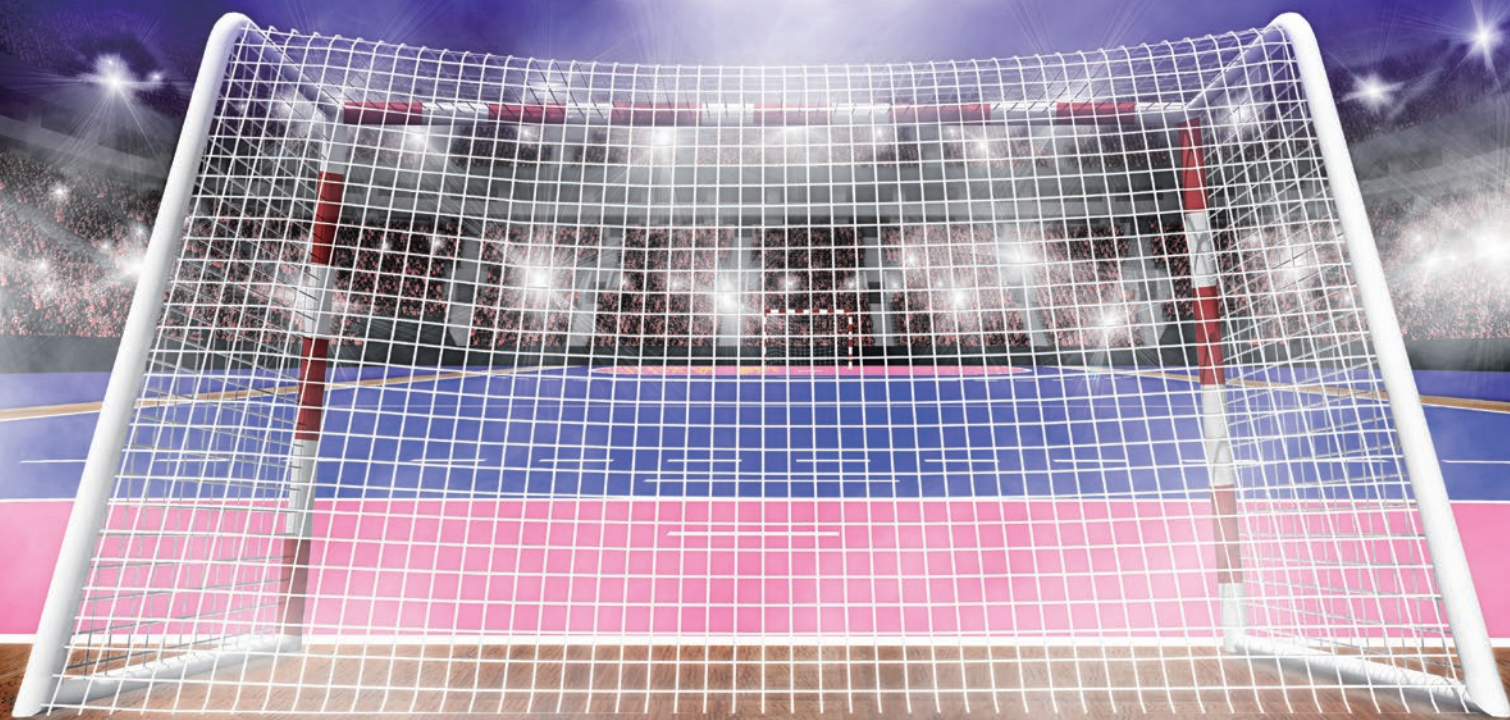
その原動力ともなった「攻撃的なディフェンス」を今回、積孝也監督の指導のもと紹介していただきました。

明光学園のディフェンスは3:2:1など、女子では珍しい積極的な陣形を取ります。運動量は求められますが、身長や身体能力といった差を埋められるのが特徴です。作中では、必要となる足の使い方やポジション取りから紹介し、様々なフォーメーションに対応できるような指導法を見せていきます。

きちんと段階を踏めば、誰もが取り組める内容となっています。ぜひ、新しいスタイルの構築にお役立てください!



創部2年半でインターハイ準優勝!
大注目の新鋭校が取り組むディフェンスを公開!



連動したディフェンスをつくる! フォーメーション別のポイントを解説!

商品番号 987-S

全1巻 8,000円+税

送料一律

500円+税

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 本郷竹下ビル4F

FAX.03 (3818) 6656

2017.9



ジャパンライムDVD通販サイト <http://www.japanlaim.co.jp>

新規会員登録でお得なポイントプレゼント!