

# オリンピック 金メダリストに学ぶ 選手育成術

## 基礎を固め安定した 野手を育成する

守備・打撃強化メソッド 1087-S

### 誰もが通る、ソフトボール導入編

ソフトボールにおける技術の習得には時間が掛かります。誰でも簡単に出来るわけではありません。トップ選手であっても、基礎的な練習を正しいフォームを確認しながら何度も繰り返すことで、確かな技術へと繋げています。

今回は2008年に開催された北京オリンピックの優勝メンバーであり、現在は福岡県立三潨高等学校のソフトボール部監督を務める**藤本索子先生**に普段の部活動で取り組まれている練習をいくつかご紹介いただきました。

ソフトボールの練習には、基礎・応用・戦略・戦術…とさまざまな方法がある中で、今回は**基本技能の習得に特化した練習方法・指導方法**をお伝えいたします。

商品の詳しい  
内容やサンプル  
動画はこちらから



実技協力

福岡県立三潨高等学校 ソフトボール部



指導・解説

### 藤本 索子

福岡県立三潨高等学校  
ソフトボール部 監督



1980年12月、福岡県出身。福岡県立三潨高、日本体育大卒後、レオパレス21に入団。走・攻・守そろった二塁手として2003年・2004年・2009年にリーグのベストナインに選ばれる。2008年北京五輪の日本代表となり、金メダル獲得に貢献。現在は、母校である三潨高校の教諭となり、ソフトボール部の監督を務める。

### 基礎を固め安定した野手を育成する 守備・打撃強化メソッド

62分

- 投げる/捕る
- フィールディング
- バント
- スラップ
- バッティング
- 補強トレーニング



商品番号 1087-S

全1巻 8,800円(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

FAX.03(3818)6656

〒113-0033 東京都文京区本郷5-25-14



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!

2020.02