

平成30年度 ソフトボール教室開催要項

神奈川県ソフトボール協会

理事長 松山 玲子

技術委員長 脇 則勝

1 目的 ソフトボール競技の技術向上を図り、明るく楽しい競技生活を目指し地域スポーツの活動の原動力となるよう、教室を開催します。

今年度のソフトボール教室は、「投球の基本について、応用と実践をテーマに投球技術、攻撃(打撃と走塁)と守備の講習を実施します。

2 主催 神奈川県ソフトボール協会

3 主管 神奈川県ソフトボール協会技術委員会

4 開催期日及び会場

- (1) 第1回 平成30年11月25日(日) 小田原市酒匂川河川敷スポーツ広場
- (2) 第2回 平成30年12月 2日(日) 座間市立栗原中学校
- (3) 第3回 平成30年12月 9日(日) 横浜市港南台さえずりの丘公園
- (4) 第4回 平成30年12月15日(土) 茅ヶ崎市運動公園野球場

5 時 間

受付 8:30～ 8:50

開講式 9:00～ 9:10

講習時間 9:10～15:00 (12:00～13:00昼食休憩)

閉講式 15:00～15:10

6 参加資格

神奈川県在住、在勤等のソフトボール愛好者で、県や支部協会加盟の有無は問わない。

男女を問わないが、小学生以上シニアまでとする。

7 募集人員

特になし(各会場120名が目安)

8 申込方法

- (1) 申込書を各支部で配布し、各支部協会に取りまとめ、主管協会に申し込むこと。
- (2) 申込方法のわからない方は、脇 則勝宛にFAXか郵送で申し込むこと。

技術委員会委員長；脇 則勝 携帯；090-1696-2867

住所；〒256-0815 小田原市小八幡1-8-47-10

FAX；0465-49-3646

(3) 参加会場は、4会場どこでも構わないが申込締切は開催日の7日前までとする。

(ただし、当日参加は、申込書に記入し各会場の受付で申し込みを認めるが、人数を把握するために、**電話連絡を各支部技術委員か、技術委員会委員長 脇 則勝に連絡すること。**)

【連絡先】

第1回 平成30年11月25日(日) 小田原市 脇 則勝 《携 帯》090-1696-2867

《FAX》0465-49-3646

第2回 平成30年12月 2日(日) 座間市 横山 武徳 《携 帯》090-7776-1823

【FAX送信は、技術委員長 脇 宛に 《FAX》0465-49-3646】

第3回 平成30年12月 9日(日) 横浜市 庄司 勉 《携 帯》090-1531-5625

《FAX》045-843-5455

第4回 平成30年12月15日(土) 茅ヶ崎市 森山 勉 《携 帯》090-5574-0064

《FAX》0467-55-9728

9参加料

(1)小中学校生高校生 1人 500円 (2)一 般 1人 1,000円

なお、参加料は、当日会場受付にてご提出ください。

10講習内容 (状況により、講習内容を変更することがあります。ご了承ください。)

全員…キャッチボール (ボールの握り方からスパイラルについて)

投手…1日講習 (午後または途中から、守備や攻撃編に変更可能)

ウインドミル投法を理解しよう。(スピード測定を実施します。)

初級①② 中級③④

No.	項 目	内 容
①	基本からマスターしたい	基本動作、ボールの握り、リリース、ブラッシング
②	コントロールを良くしたい	腕の回転、上半身の壁ひねり (スパイラル) とひねり戻し、スナップ
③	スピードアップを目指して	フォロースルー、ボディーバランス、ステップ
④	変化球をマスターしたい	力強いピッチング+守備4方向への送球や対応

野手…午前中は守備

No.	項 目	内 容
①	キャッチボール	ボールの握り方、投げ方、ひじ・手首の使い方、グラブの使い方、フットワーク、捕球の意識、送球の意識
②	バンド処理	捕球、送球のフットワーク

③	ポジション別の技術	グラウンダー・バウンド・フライ 左右斜め後方等、捕手・各内野手・各外野手
④	タッチの仕方	バックホームの練習
⑤	連係プレー	ダブルプレー、中継プレー

野手・・・午後は走塁と打撃

No.	項 目	内 容
①	走塁	離塁と帰塁、コーチャー、安全なスライディング
②	打撃	バットの握り方、スタンス、スイング（上半身のひねり・スパイラル）
③	ティーバッティング(ネット)	ミートポイント、上下の打ち分け
④	トスバッティング	1人トス、2人トス（片膝をついてなど）
⑥	バンド	送りバンド、セーフティーバンド、バスター
⑦	状況に応じたバッティング	スラップ、セーフティーバンド、スクイズ

1 1 講 師 公認指導者及び神奈川県ソフトボール協会技術委員他

1 2 問合せ先

(1) 講習会について 技術委員会委員長:脇 則勝 《携帯》090-1696-2867

(2) 天候判断 主催協会技術委員長「8 (3) 【連絡先】」 判断時間 午前6時30分

1 3 そ の 他

(1) 受講中の事故は、応急処置のほか、主催者及び主管者はその責を問わないものとします。

(2) 参加者は、保険証を持参してください。

※教室参加者各自で、保険に加入しておいて下さい。※

(3) 運動着、昼食、飲み物、用具(グラブ、バット、ヘルメット、レガース等)を持参して下さい。

ボールは、主催者で準備します。