

# BALL HOUSE 自主トレ部部員募集のご案内



## 6期生募集!!

### 自主トレ部って?!

- ① 練習についていける**体力強化・維持!**
- ② 高校でケガをしないために**柔軟性&体幹強化!**
- ③ **硬式野球の基礎**をしっかり学べるので自信がなくても安心!

- ① 毎月SPゲストの講師も登場!  
(ピッチング、バッティング、守備など様々な講師を予定)
- ② お父様・お母様の為のセミナーも開催予定

- 🏆 期間 10/10(土)~3月27日(土)
- 🏆 時間 19:00~21:00 (月4回毎週土曜、第5土曜は除く)
- 🏆 料金 1回120分 ¥3,500-(税別)
- 🏆 定員 最大12名



**無料体験会行います!**  
(1回の体験会定員/10~15名)

9/12・19(土) 19:00~21:00  
9/13・20(日) 16:00~18:00

ご興味のある方は是非ご参加ください!  
人数把握のため、事前にお申込ください。

### ● 無料体験会申込 ●

フリガナ  
会員NO \_\_\_\_\_ お名前 \_\_\_\_\_  
住 所 \_\_\_\_\_  
連絡先 \_\_\_\_\_ 生年月日 平成 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日.  
希望日 (土曜日) 12日・19日 (日曜日) 13日・20日 \_\_\_\_\_

こちらのQRコードからも  
お申込できます!



FAXでの無料体験のお申込はこちらまで ▶ ▶ ▶ FAX **092-874-5622**

**BALL HOUSE** ボールハウス  
フリーダイヤル **0120-78-99-78**

# BALL HOUSE

## スタッフ紹介



運営責任者

梶田 修一

「自主トレ部」をスタートして6年目を迎えますが、本年度はすっかり環境もかわってしまい、いろんなルールもふえてしまいました。マスク着用や手洗い、人数の制限など皆さんには感染予防のお願いをしながらの活動となりますが、やれることはたくさんあるはずですよ。皆さんの体の状態や特徴、得意分野、苦手分野はそれぞれだと思いますので、まずはそんな一人ひとりを理解することからはじめ、硬式野球の基礎から応用編まで、精一杯サポートし応援していきたいと思っています。

当たり前だった事が当たり前に出ない、大変な年になりました。少しずつ練習や試合が再開され、野球が出来る事の喜びを感じている一方、思うような準備が出来ず不安な気持ちでいる人も多い事と思います。

自主トレ部OBからは「入部して本当に良かった！」と、毎年嬉しい声をいただいています。

半年間、一緒に楽しく高校野球の準備をしましょう！

管理責任者

甲斐 清孝



運営・管理

鷹野 祐助

高校野球に向けて、これからとても大切な期間になってきます！  
目標を持ち、いい準備をして、この大変な状況の中ではありますが  
野球ができることに感謝して前を向いて頑張っていきましょう！  
選手の成長して行く姿を楽しみにしています！

## 自主トレ部 専属トレーナー紹介

浦川 淳 (うらかわじゅん)

アスリートトータルサポート アスラボSmile 代表

- レッシュプロジェクト4スタンス理論マスター級トレーナー
- コーチコントリビューションCC認定コーチ
- 空間認知力UPTトレーナー
- 福岡市リーダーバンク指導者
- BBAグラブインストラクター
- 高校時代は甲子園の出場経験もあり



### 4スタンス理論を取り入れた ☆コーチング&トレーニング☆

野球界やゴルフ界のアスリートを中心に広まっている身体理論で、個々の動きを4タイプに分け自分らしくナチュラルに動ける指導を行います。その4スタンス理論をもとに選手それぞれの特徴を効率よく発揮し、骨格などに適した動作で怪我のないスキルアップを念頭にトレーニングを行います。

現在、野球選手が一番必要とするトレーニングを専門に、福岡県だけでなく各地で小学生からアスリートまで数多くの教室を行っています。また、選手だけでなく成長期のお子様を持つ保護者様のアドバイザーとしての講演活動やカウンセリングも積極的におこなっています。

### ～ 浦川トレーナーよりメッセージ ～

私には今年21歳になる息子がいます。

彼が小学生の頃、私は息子に厳しい指導をしていましたが全く結果が出ず、諦めかけた中学2年の春に4スタンス理論に出会いました。

早速、私と息子のタイプを調べると違うタイプだと言う事が判明。

息子のタイプ特性に合わせた指導に変えると、見違えるようにパフォーマンスが上がり、今現在も息子は野球を続けています。

「思うような結果が出ない」「フォームがしっかりいかない」などには、何か原因があると思います。

自分本来の動きを知って楽しく野球をやりましょう!

