

川崎市ソフトボール協会主催
平成30年度 第5回川崎市ソフトボール教室開催要項

川崎市ソフトボール協会
理事長 吉田 英也

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、地域スポーツ社会の活動の原動力となるよう、教室を開催します。

2. 主催 川崎市ソフトボール協会

3. 開催期日・会場 平成31年1月27日(日) 洗足学園中学高等学校
予備日 平成31年2月17日(日) 会場同じ

4. 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

5. 参加資格

川崎市在住、在勤のソフトボール愛好者で、市や支部協会加盟の有無を問わない。男女を問わないが、小学生以上シニアまでとする。

(ソフトボールの監督・コーチの参加もお待ちしています)

6. 申込方法

[申込書](#)を各団体・支部で配布し、各団体で取りまとめ、FAXで申し込む。

個人で申し込む場合は、[申込書](#)に記入の上、FAXで申し込む。

申し込み先：洗足学園小学校内 『川崎市ソフトボール協会 事務局』

FAX：044-856-2979

申し込み〆切は、平成31年1月12日(土)

《申込書はコチラからでもダウンロードできます。》

9. 参加料

小学生・中学生・高校生・・・チーム参加 3,000円

個人参加 300円

一般・・・・・・・・・・個人参加のみ 1,000円

なお、参加料金は当日受付にてご提出ください。

10. 講習内容

【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（午後や途中から、守備や攻撃編に変更可）

ウインドミル投法を理解しよう。（初級、中級）

基本からマスターしたい

コントロールを良くしたい

スピードアップを目指したい

変化球をマスターしたい

【野手】午前中は守備

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）

バンド処理（捕球、送球のフットワーク）

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・一塁手・二塁手・三塁手・遊撃手・外野手）

タッチの仕方（バックホームの練習）

【野手】午後は走塁と打撃

走塁：離塁と帰塁、コーチャー、安全なスライディング

打撃：バットの握り方、スタンス、スイング

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

トスバッティング：1人トス、2人トス

バンド：送りバンド、セーフティーバンド、バスター

11. 講師

公認指導員および神奈川県ソフトボール協会技術員 他

12. 問い合わせ

洗足学園小学校内 川崎市ソフトボール協会理事長 吉田英也

TEL：044-856-2964

- ## 13. その他
- (1) 受講中の事故は、応急処置のほか、主催者はその責を問わない。
 - (2) 参加者は、保険証を持参してください。
 - (3) 運動着、昼食、飲み物、用具（グラブ、ボール、バット、ヘルメット、レガース等）持参してください。
 - (4) 駐車場がありませんので、車でのご来場はご遠慮ください。
教室参加者各自で、保険に加入しておいてください。