

各校野球部顧問 様

第9回 日本通運浦和野球部 野球教室 実施要項

- 1 目的 日本通運野球教室は、地域に根ざしかつ野球道を通し、野球技術の向上を目的とし、心身共に健康な中学野球少年を育成する。
- 2 主催 埼玉県軟式野球連盟
- 3 主管 埼玉県中学校体育連盟野球専門部、日本通運野球部
- 4 日時 平成25年 1月26日(土) 8:45~15:15
 集合時間・受付 8:30
 開校式 8:45
 閉校式 15:15
 ○午前の部 実技指導 9:00~11:30
 ○昼食休憩 栄養指導 11:30~12:30
 ○午後の部 実技指導 12:45~15:15
- 5 場所 埼玉県さいたま市浦和区駒場2-2-4
 日本通運野球部グラウンド・体育館 (雨天時:体育館)
- 6 対象 ・埼玉県内野球部中学2年生(さいたま市内中心)、顧問および保護者
 ○100名程度
- 7 内容 ①実技指導Ⅰ・Ⅱ ②栄養指導 ③トレーニング指導 ※内容は変更することがございます。

今年度も晴天時は1部制で計画しておりますが、雨天時の場合は2部制をとる計画になっておりますので、予めご了承ください。

①実技指導Ⅰ(グラウンド) 担当:日本通運野球部	②栄養指導(体育館) 担当:SAVAS	③実技指導Ⅱ(グラウンド) 担当:日本通運野球部
①ウォーミングアップ指導 ②キャッチボール ③守備総合練習(2班編成) ・シートノック ・ゲームノック(走塁含む) ④投球練習指導(ブルペン)	○中学生のための 栄養指導 ※生徒弁当持参 昼食をとりながら栄養指導	①□W-UP ②□打撃指導(3班編成) ・フリー、ティ、バント ③トレーニング指導 (体幹補強、ランニング等) ④模範指導 (ロングティ、ボール回し)

- 8 持ち物 中学校(●)・個人(○)が用意する物
 ●キャッチャー用具一式・●ボール(1人1球)・○野球用具一式・○同意書(当日持参)・○昼食
 ○バット(1人1本)・○試合用のユニホーム、防寒具・○室内用上履き(雨天時用)
- 9 その他
 ○交通事故防止のため、会場までの交通機関は公共の乗り物を利用してください。
- 10 申し込み ※申込締切り 平成25年1月10日(木)まで
 ○参加希望の場合は各校顧問を通じて行ってください。なお各校原則2名の参加となります。
 ○雨天判定の関係で、顧問の引率・参加もお願いします。
- 11 雨天判定 当日6時判定を原則とします。連絡の手段がありませんので、顧問の先生から担当(笛田)に確認をお願いします。
- 12 問い合わせ(申込先)

さいたま市立植竹中学校 : 笛田 透 ^{ふえた とおる} TEL 048-663-2115 FAX 048-665-6377