

エントリーコース (初級) 60分		ベーシックコース (中級) 60分	
<b>指導方針</b>			
基礎的な体の使い方・スキルを学び、楽しみながら練習を覚えるように指導します		基礎から応用までのスキルを取得し、自発的に練習できるように指導します	
<b>こんな方にオススメ</b>			
推奨年齢 小学1年生～小学4年生 *野球を始めてまもない5・6年生 野球を始めたい・野球を始めてまもない 野球を楽しみたい 基本的な体の使い方から学びたい		推奨年齢 小学4年生～中学3年生 ボールを遠くに飛ばしたい/打率を上げたい レギュラーに定着したい/安定して活躍したい 中心選手・選抜選手になりたい 自発的に練習できるようになりたい	
<b>指導内容</b>			
バッティング指導 (打ち方) コーディネーショントレーニング コンディショニング		基礎バッティング指導 (下記指導プログラム例参照) 基礎トレーニング・ストレッチ・コンディショニング 個人練習の目安となるプログラム提供 (週3～5回/各1時間) <b>LINE@配信サポート (週2回)</b> バッティングスクール、ピッチングスクール、トレーニングスクールのプログラム動画、栄養、メンタルトレーニングなどの情報配信	
<b>指導プログラム例</b>			
基本的な体の使い方 (上半身・下半身の使い方とバッティング動作) T台打ちやトスバッティング 他のスポーツを取り入れたバッティングの向上 基本的な構え方 (握り方・立ち方・構え方) タイミング/とらえ方 ストライクゾーン/コース打ち (基礎) マシンバッティング/ウィッフルボール		基礎的な上半身と下半身の使い方とバッティング動作 短中長距離の打ち方基礎 基礎的なトスバッティング 他のスポーツを取り入れたバッティングの向上 基礎的な構え方 (握り方・立ち方・足の使い方・構え方) タイミング/とらえ方 ストライクゾーン/コース打ち (基礎) スローボールの打ち方/変化球 (打ち方基礎) マシンバッティング/ウィッフルボール	

## バッティングスクール 時間表

曜日 (クラス)	月	火	水	木	金	土
時間	① 16:30-17:30	① 16:30-17:30	① 16:30-17:30	① 16:30-17:30	① 16:30-17:30	① 13:30-14:30
	② 17:40-18:40	② 17:40-18:40	② 17:40-18:40	② 17:40-18:40	② 17:40-18:40	② 14:45-15:45
	③ 18:50-19:50	③ 18:50-19:50	③ 18:50-19:50	③ 18:50-19:50	③ 18:50-19:50	③ 16:00-17:00
	④ 20:00-21:30	④ 20:00-21:30	④ 20:00-21:30	④ 20:00-21:30	④ 20:00-21:30	④ 17:15-18:15
備考	④の90分クラスはスローイング (投手/野手) 練習が含まれます *土曜日除く					バッティングスクールのみ

## バッティングスクール 料金表 (税込)

コース	エントリー (初級)		ベーシック (中級)		体験入会 1回
	60分	90分	60分	90分	
時間	60分	90分	60分	90分	¥1,000 (税込)
月謝	¥11,000 ~	¥13,200 ~	¥16,500 ~	¥18,700 ~	
入会金	¥10,000 (入会時のみ) *すでにご入会されている方は入会金が無料になります				なし

\*ベーシックコース以上の指導をお求めの方は、個々の選手の技術や目標に合わせた小玉コーチのマンツーマン野球指導となります (別紙参照)

\*上記は4週月の料金となります。5週月の場合は5週分の料金となります。