

2020 年度「体修塾 BCA」火曜・木曜塾料金システム

体修塾 BCA 代表 大林智也

☆体修塾指導料

年会費 5000 円 保険料含む（入会月に支払い それ以降は年度始め4月に支払い）

指導料 月4回 8000 円 月5回 10000 円

〈指導内容〉

打撃 3/4 は打撃練習を行います。

体修塾理論に基づいてホームラン・長打を打つためのスイングを作っていきます。

守備 「速く」を一番に考えた守備を行います。基本的には内野ゴロの練習メニューです。

投球 「怪我しない」投げ方を目指します。

〈指導時間〉

毎週火曜日 アップでトレーニングや守備 30 分程度 3/4 は打撃練習

①15:00～16:50 ②17:00～18:50 ③19:00～20:50

毎週木曜日

19:30～21:00 打撃練習のみ

〈指導施設〉

○柏崎市太田道場 住所:新潟県柏崎市山本 695

ボールは硬式・軟式どちらも打てます。ボールも全てこちらで準備できますので、バット・グラブ持参をお願いします。服装は「運動できる服装であれば、なんでも良いです。」外履き(アップシューズ・ランニングシューズ)を使用可能です(スパイク不可)。土は落としておいてください。私は、指導時に野球のユニフォームを着ません。皆さんもジャージやハーフパンツなど自由な服装で来てください。もちろん、ユニフォームでも構いません。

※詳しくは太田材木店のHPをご覧ください。

〈指導定員〉

各時間選手最大4名※予約状況などをみて変更あり。

〈指導サービス〉

ラプソードを使用した指導の実施

ラプソードデータを元に選手ごとのカルテ作成 課題の共有を私と行います。

日々の練習の中で、マンネリを感じている選手へ。特別感や非日常を感じたい選手や指導者の方々、連絡お待ちしております。

一緒に野球を想像して、創造していきましょう！

連絡は、LINE ID「@gkt5492a」に友達申請をお願いします。または、Facebook ページにメッセージください。