

各位

NPO 法人 北海道野球協議会
日本野球連盟北海道地区連盟

「第20回野球塾」実施要項

1. 目的 中学3年生を対象に高校入学までの期間(10月～3月)硬球を使用し野球の楽しさ面白さを覚えてもらい、合わせて基本技術や体力の向上を図る。
2. 資格 中学3年生対象(硬式、軟式は問いません)初心者の方でも結構です。
※「北海道日本ハムファイターズ主催の野球教室」併用はご遠慮下さい。
3. 講習内容 ①基本技術 ・投げる、打つ、走る、守る
②体力の向上 ・トレーニング(強化、体力測定等)
・ウォーミングアップ、クールダウン
・コンディショニング(食事、休養等)
・ストレッチ
4. 指導者 日本野球連盟北海道地区連盟 技術委員会委員及び加盟チーム選手等
5. 協力 北海道日本ハムファイターズ
6. 開講場所 北海道日本ハムファイターズ屋内練習場
※札幌市東区北5条東8丁目
(注)駐車場は使用できませんので、最寄りの駐車場をご利用頂くか、公共交通機関をご利用下さい。
地下鉄東豊線:東区役所駅4番出口より徒歩10分
7. 開講日時 2015年10月24日(土)～2016年3月12日(土) ※ 計20回開催予定
毎週土曜日 第1コース 15:00～17:45
第2コース 18:00～20:45
※希望コースを申込書余白に記入下さい
※日程、時間の変更は、多少あります(2016年1月2日は休み)
8. 受講料 会費 30,000円 ※ 10月～3月の5ヶ月分(初回の開講場所にて支払いのこと)
(施設使用料、用具使用料、傷害保険料、体力測定費用等)
9. 各自用意 ①ユニフォーム・グラブ(軟式でも可)
②アップシューズ・スパイク(スパイクは12月～使用予定)
※バット・ボール・ヘルメットは主催者で用意します。
(注)室内を使用の際は、室内用の運動靴に履き替えて頂く事になりますので、必ず外靴とは別に、室内靴をご持参ください。(見学される方は、スリッパでも可)
10. 定員 各コース 35名 ※先着順
11. 申込方法 北海道野球協議会の下記ホームページより、【第20回野球塾申込】をクリックし要項、申込書をダウンロードしてご記入しFAXにて申込みとなります。
<http://www.npo-89kyougikai.or.jp/>
12. 締切 10月16日(金曜日)※定員になり次第、締切とさせていただきます。
13. 問い合わせ先 日本野球連盟北海道地区連盟
電 話 011-281-1189 平日 10時～17時(土、日は休み)
FAX 011-281-2789
(注)日本ハム室内練習場には、連絡しないようお願い致します。