

速い球を
投げたい！

ホームランを
打ちたい！

足がはやく
なりたい！

選手大募集！



理学療法士と鍼灸師による

野球教室

主なトレーニングメニュー



☆ スイングスピードの向上トレーニング

(実績例：小学生の参加者 78km/h→86km/h)



☆ 投球フォームの改善トレーニング

(肘下がりや肩の開きの改善)



☆ 柔軟性の向上トレーニング (開脚や前屈など)

(開脚や足首の硬さなどの改善)

※10月以降は高校や中学入学に向けたトレーニングも実施します。



活動内容・入会案内など

場所：北出病院・アクオ

対象：右の年間スケジュールをご確認ください

人数：1教室 最大6名 (超少人数制！)

日時：木曜日の17時～18時 (週1回)

金額：10,000円 / 2ヶ月 1回あたり約1,000円！

7月、10月、1月は
体験会！

1回500円で参加可能！



2024年度

年間スケジュール

月	内容
4月	小学4～6年生
5月	
7月	無料体験・単発
8月	
9月	小学4～6年生
10月	中学生の体験会 (高校野球に向けてのトレーニングと準備)
11月	中学生
12月	(高校野球に向けてのトレーニングと準備)
1月	体験会
2月	
3月	検討中

メディカル&フィットネス アクオ

☎0738-23-3333

申し込みは
こちらから



<https://forms.gle/pbAG63xQXLwBHCmo7>