

野球パフォーマンススクール

“差がつく身体”をつくる

目標 (小学卒業時)

球速  : 100~110km/h

スイングスピード  : 100~105km/h

※ 中学野球で「頭ひとつ抜ける」土台をつくります

医療×スポーツの視点で「ケガを防ぎながら伸ばす」指導 (指導者: 理学療法士、鍼灸師)

2026.6月から

開催日時: 毎週水曜日 17:00~(70分)



定員: 10名限定 (少人数制)

¥ **料金 月額: 6,500円**

対象: 小学5・6年生

ペア割

年間通して 1,000円 OFF
※3ヶ月以上の継続が条件

長期割

5ヶ月契約 32,500円 →
28,500円 (4,000円 OFF)

トレーニング内容

筋力強化

成長期に差がつくカラダづくり
肩甲骨・股関節は“今”が重要
球速・スイングを伸ばす
小学生のためのトレーニング!



柔軟性の獲得

「可動域=パフォーマンスの土台」



走る力・瞬発力強化

野球の土台となる運動神経を伸ばす



球速・スイングスピードの向上

「結果に直結する能力」を伸ばす



こんな選手におすすめ

- ✓ 球速・打球速度を伸ばしたい
- ✓ ケガを減らしたい
- ✓ 身体の使い方を学びたい
- ✓ 中学で活躍したい



北出病院

メディカル & フィットネス・アクオ

☎0738-23-3333 受付時間 10:00~19:00

お申し込みはコチラから



Follow Me

