

TBA軟式野球クラブ



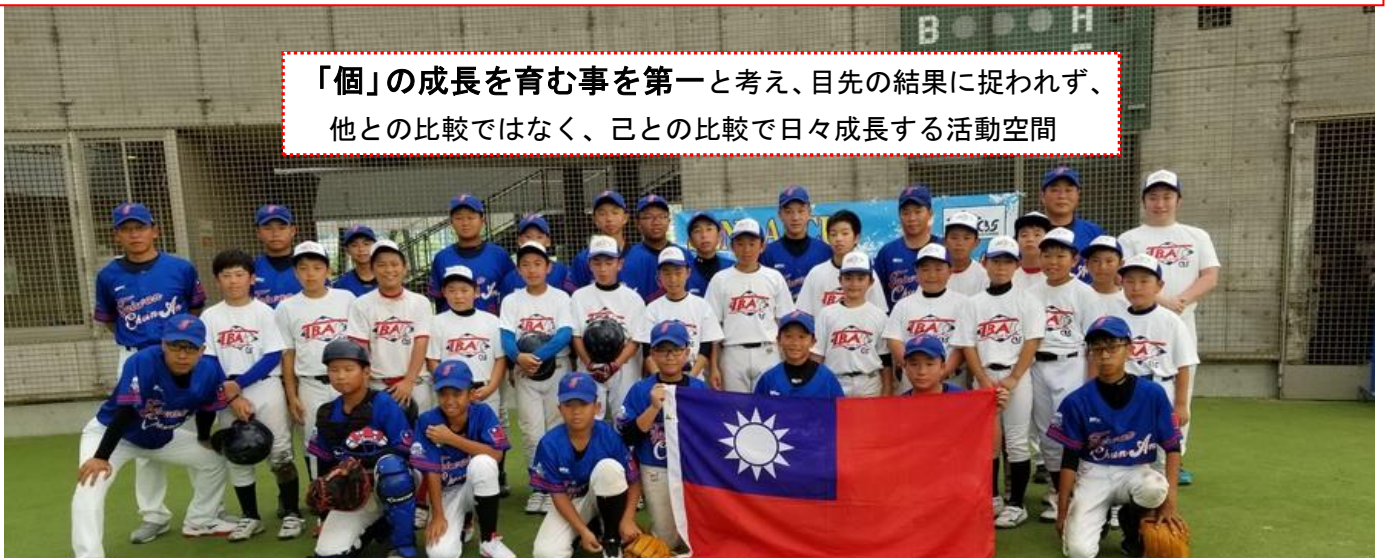
中等部／学童部 選手募集！

T B A : Tohoku Baseball Academy (東北ベースボールアカデミー) の略称

「小学生～中学生：ゴールデンエイジ期」の一貫指導によるクラブチーム

「心・体」が成長する一番大事な時期だからこそ、長期ビジョンに基づいた「育成プログラム」を実現する
「中等部：中学生クラブ」と「学童部：小学生クラブ」を編成します。

「個」の成長を育む事を第一と考え、目先の結果に捉われず、
他との比較ではなく、己との比較で日々成長する活動空間



(指導内容) 「TBA野球能力向上ピラミッド」を基に「真の基礎作り」を行います(詳細は裏面)

(保護者の皆様へ) クラブ活動の趣旨を理解し、お子様に対して「信・認・任」！！
クラブにおける、保護者の役割分担はございませんので、自由に遊びに来てください！

(活動内容) 中等部：中学1年～3年生 / 学童部：小学1年～6年生 共
活動日：土・日・祝日の月7回/3時間程度(午前又は午後の半日) / 大会参加時：1日活動(月2～3回)
練習会場：仙台市内小学校グラウンド・中学校グラウンド/仙台周辺グラウンド / 試合会場は別途
* 中等部・学童部の合同練習が月数回あります。 * 毎月、土・日・祝日で活動休日あり
* 入会金3,000円 / 年会費2,000円 / 月会費7,000円(税込み) * 詳細は入会関係書類参照の事

(交流体験) 希望者は、当クラブ事務局が主催する「夏合宿」「全国大会」「各季台湾遠征」に
「選抜チーム」のメンバーとして参加できます。(遠征合宿費用は各自負担となります)

代 表：鈴木 悟(仙台市民球団企業組合 理事長/TBA野球塾代表)

指導顧問：橋本 孝幸(中学軟式野球クラブ：名取ファースト監督/(元)近鉄バファローズ野手)

総監督：菊田 英彦(さくらがおか整骨院G 院長/TBA野球塾コンディショニングトレーナー)

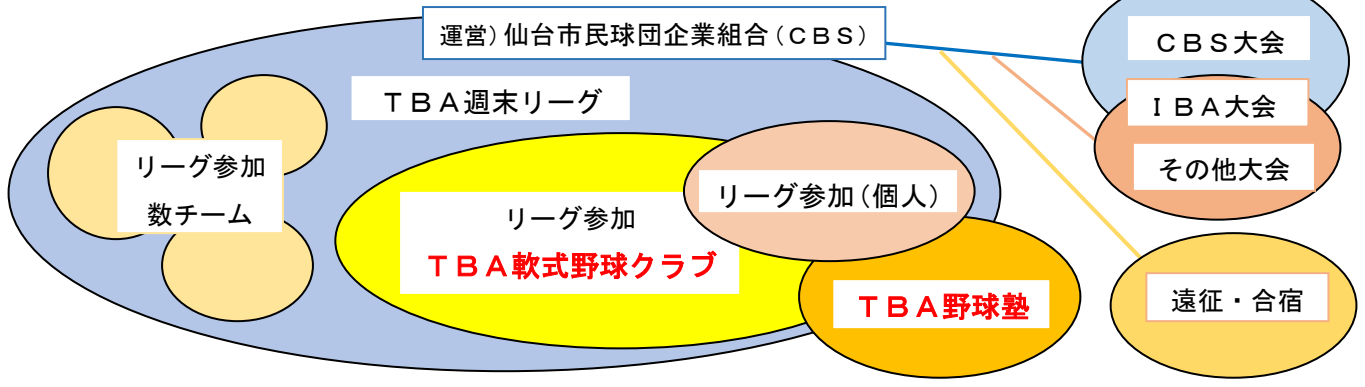
指導スタッフ：TBA野球塾認定トレーナー/指導アシスタント：CBSカレッジリーグ加盟チーム学生

(事務所連絡先) TBA(東北ベースボールアカデミー)軟式野球クラブ 事務局(仙台市民球団企業組合内)

〒981-8003 仙台市泉区南光台4-23-32/TEL022-274-5089/FAX022-274-5090

e-mail tba@cbs-bbs.or.jp / <https://www.cbs-bbs.com>

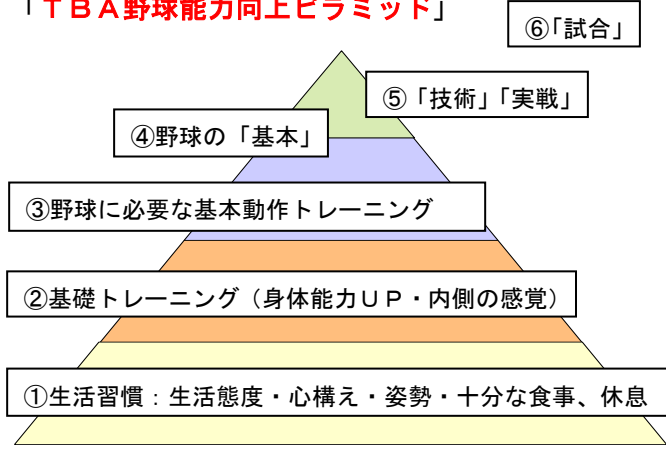
「TBA軟式野球クラブ 相関図」



(指導指針)

- ・「TBA野球能力向上ピラミッド」を基に「真の基礎作り」に取り組み、次のステージで対応できる「脳力、身体能力」を育む (基礎トレ/野球に必要な基本動作トレ/潜在能力を引き出すトレ等)
 - ・自己管理 (セルフコントロール) 力を育む ・「日常」の取り組む姿勢を重要視、習慣化 (ルーティン)
- (主な練習内容) *定期的な「TBA野球塾」とのコラボ
- ・「野球の技術」指導は2割、「野球技」を効率よく習得するTBA独自の「橋渡し」トレーニング8割
 - ・時間を意識した各種トレーニング (短時間練習) ・一連の流れる動作「キャッチボール」「ノック」等
 - ・野球を「遊ばせる」(投げる・打つ・捕る・走る) トレーニング
 - ・全ポジションをトライする ・「実戦形式」練習による「感覚」「判断力」「野球の面白さ」を育むトレ
 - ・基礎トレーニング: 怪我をしない身体作り/関節可動域、柔軟性UP/体幹強化トレーニング等
 - ・「脳」の正しい伝え方: 「脳」から素早く「神経」「筋肉」に伝達する感覚トレーニング等
 - ・「TBA野球ノート」を活用した「検証習慣」と平日 (自己管理・自主練習) の「習慣化」を身につける

「TBA野球能力向上ピラミッド」



(活動方針)

- ・「自分の為にやる！」その結果として「チームの為」「周囲の為」に繋がることを理解する
- ・目の前の失敗を「成長のスタート」と捉え、失敗を恐れない「積極姿勢」と「検証習慣」を身につける
- ・「検証習慣」は、己を客観的に見る様になり、「全体・周囲」に対する目配りを育み、相手の立場になって行動することを身につける
- ・成功を左右するのは「才能」ではなく「心構え」である事を理解し、日々行動する

(リーグ戦/大会参加について) *クラブは「TBA週末リーグ」に参加します*

- ・月2~3回実施 (参加は自由で、事前に参加者を集めます) /会場に各自集合となります。
- ・選手は、試合前に「個人目標」を発表し、その目標達成のために試合に取り組む。
- ・試合中に監督の指示は無く、ベンチワークを全て選手間で行う (サイン、ポジション、オーダー決定含む)
- ・監督は、試合前の「個人目標」を基に、各選手の動きを確認し、試合後に本人と検証する⇒次回の目標決め
- ・監督は、「勝つために」何をすべきかを、個々に課題を見つけさせる (ユニフォーム、帽子は別途購入)

(「TBA野球塾」受講について)

- ・月1回は、「真の基礎」強化のために、クラブ用に「TBA野球塾」を開催します。
- ・主なメニューは「脳トレ」「感覚トレ」「基礎トレ」を実施します。
- ・興味のある方は、平日開催の「TBA野球塾」に1回2,000円 (通常2,500円) で参加できます。