ブルペンズやきゅうスクール

年中さん、年長さん、小学１・２・３年生のみなさん！いっしょに、野球を楽しみましょう♪

☆無料体験会のご案内☆

ブルペンズやきゅうスクール
【対　象】
年中児～小学３年生
※年少児や
小学４年生以上の
お子様もお気軽に
ご相談下さい◎
【月会費】
週４回：6,000円
【入会費】
6,000円
（3月末まで無料！）

太宰府校
・通常＝毎週火曜日（17:00～18:30）
・水城西小学校（太宰府市向佐野９０）

無料体験会　※要予約（先着１０名まで）
3／15（火）　17：00～18：30
3／22（火）　17：00～18：30

福岡西校
・通常＝毎週金曜日（17:00～18:30）
・壱岐小学校（福岡市西区拾六町3-21-1）

無料体験会　※要予約（先着１０名まで）
3／11（金）　17：00～18：30
3／18（金）　17：00～18：30

お茶当番・お手伝い・父母会 ＝ 一切無し

西月隈校
・通常＝毎週土曜日（10:00～11:30）
・ＦＩＢベースボールアカデミー練習場（博多区西月隈4-919-1）

無料体験会　※要予約（先着１０名まで）
3／12（土）　10：00～11：30
3／19（土）　10：00～11：30

野球を始めよう♪

【ブルペンズやきゅうスクール】ご連絡先
①お電話で！▶TEL：092－577－9163（担当／よしだ）
②スクールのホームページで！▶右記のＱＲコードからお入り下さい！

４／３（日）　17時～　野球の楽しさ・面白さ・魅力を新発見・再確認

【主催／株式会社ブルペンズ】

第１回ふくおか少年野球教室

『全国制覇史上最多五度の大阪の名将』来たる

第一部：野球講演会・トークショー

① 特別講演：長曽根ストロングス・総監督　熊田耐樹 様

「全国制覇への道のりと少年野球界への提言」
～今、明かされる！ 長曽根・熊田イズム！～

② 全国制覇監督トークセッション

長曽根ストロングス
総監督・熊田耐樹

庄内ジャガーズ
監督・松村大樹

～全日本学童大会戦績～
長曽根ストロングス
（出場１１回）優勝５回、準優勝１回、第三位２回
庄内ジャガーズ
（出場３回）優勝１回、準優勝１回

長曽根ストロングスHP
http://nagasonestrongs.com/

庄内ジャガーズHP
http://www.ikz.jp/hp/shonai/

③ Ｑ＆Ａコーナー

強豪チームの指導方針や平日の練習メニュー、試合前の練習、子どもたちへの接し方、父母会の体制、遠征費の調達、部員募集の方法など、皆さんの疑問・質問に、全国制覇を達成された名将のお二人が回答される貴重なチャンス☆ぜひ、ご質問下さい！

第二部：グラブメンテナンスセミナー

BBA（ベースボールアカデミー）　グラブアドバイザー　浦川 淳 様

「正しいグラブのお手入れ方法～G-Love(グラブ)を長く・大切に使おう！～」
本当のメンテナンスの仕方　グラブの歴史、構造、重さ などを勉強しましょう！

【日　時】4月 3日（日）17:00～18:45
【受　付】16:15～16:55
【会　場】筑紫野市生涯学習センター・視聴覚室
・福岡県筑紫野市二日市南1-9-3
・JR二日市駅下車～徒歩10分
・お車は第4駐車場にお停め下さい。
【参加者】限定先着 144 名（予約制）
【参加費】お一人 2，000円
【主　催】株式会社ブルペンズ
【協　力】株式会社西日本新聞福岡販売、NPO法人部活ガンバ、福岡・野球オヤジの会、株式会社メモリートレーディングセンター

お申し込み方法

①スマホ・パソコンで！
http://airrsv.net/20160403/calendar
★上記ＵＲＬにアクセス
→４月３日を選択
★もしくは、
右記ＱＲコード
からアクセス

②お電話で！
TEL：092-577-9163

③メールで！
info@bullpens-project.com

お名前（ヨミ）、ご人数、ご連絡先をお知らせ下さい。
※お申し込み後のキャンセルは出来かねます。

（お願い）講演中の録音・撮影はお控え下さい。

☆妻だから知っている！プロスポーツトレーナー「吉原剛」の虎の穴！　【第２６弾：正しいメンタルトレーニング①】

今回は【メンタル】のトレーニングについてのお話しをしようと思います。メンタルトレーニングという言葉が先走っていて、「メンタルを鍛えることがメンタルトレーニング」と思われがちですが、本当はそうではありません。

今回は、特に子供を指導する場合に《絶対にしてはいけない》ことを取り上げてみます。

まず第一鉄則として、マイナスな言葉やネガティブな意味を含む言葉を使わないこと。「なぜ出来ないんだ！」「そんな事をしていたら負けるぞ！」こんな言葉を言うことはおすすめ出来ません。子供は自信を無くしますし、常に指導者の顔色を伺うことを覚えてしまいます。

ちなみに、「失敗を恐れるな！」「負けてもいいから全力でやれ！」もよく聞くフレーズです。子供への負担が少ないようなイメージがありそうですが、実はこれもNGなのです。これは脳科学的に立証されているのですが、言葉の中にネガティブワードが入ると、脳は最初にネガティブワードに反応するという特性があるから、と言われています。試合中など、子供達の精神状態が緊張のMAXにある時に、励ますつもりで声を掛けた言葉の中にネガティブワードが含まれていたとしたら、大人は知らず知らずに子供をネガティブ思考に引っ張ってしまう訳です。では、どのように子供達に声を掛ければいいのかというと…これからバッターボックスに入る前の子供に掛ける言葉だとすれば、「失敗を恐れるな！」ではなく「お前の得意なプレーをしておいで！」とか、「自分の気持ちいいプレーをしておいで！」といった言葉を掛けて上げた方がメンタル面においては効果的だと言えるのです。

吉原が現場でたくさんの指導者と関わっていく際に、子供のメンタルを壊す指導者かどうかを見抜くポイントがあるのだそうです。まず、子供の前でため息をつく指導者・子供に怒鳴る指導者・子供を威圧する指導者・気分にムラのある指導者。こんな指導者の元の子供達のメンタル面はボロボロだと吉原は言います。フィジカル、テクニカルと同様に、メンタルトレーニング（メンタル面をうまく調整、コントロールするということ）は非常に重要な事です。

次回は、メンタルを弱らせるのではなく、上手に調整（コントロール）する方法のポイントをお伝えしようと思います。メンタルの分野はお伝えすることが非常に難しいので、わかりやすく何回かに分けてみようと思います。

（文・吉原愛）

@問い合わせ先　080-4311-0031

【吉原剛】国内外を飛び回るプロスポーツトレーナー。選手の「動き」に直結する「ムーブメントワークアウト」を指導し、基礎体力にかかわる正しいトレーニングの普及活動を行っている。また、テーピングやマッサージ、応急処置方法などスポーツ障害講習も幅広く展開中。幼児からプロ選手、トレーニングコーチといった指導者まで、講習対象者は幅広い。

物販チラシ「よかもん福岡」登場！！

株式会社西日本新聞福岡販売が発行する、「よかもん福岡」が大変に好評です。良い商品をできるだけ安くお客様へ提供するため販売元も編集担当者も奮闘してます。この機会に普段、食べられない『よかもん』をお買い求めください。毎月一回、弊社支店エリアの朝刊に折り込まれてますよ。

株式会社西日本新聞福岡販売
〒810-0021　福岡市中央区今泉1-9-14
TEL 092-726-2495　FAX 092-406-2766

プロスポーツトレーナー・吉原 剛『メールマガジン』発行スタート！

ムーブメントワークアウト職人のパフォーマンス向上極意！

ワークアウト（トレーニング）に関すること、指導先での内容、その他諸々なことを発行して行きます。選手・指導者の方々、単に吉原に興味を持って頂いている方々、スポーツをしているお子様をお持ちの方々、どんな方でもOKです^^

movement-workout-apply@athletes-ys.com

こちらに空メールを送っていただくと、自動登録になります！
※ドメインにご注意下さい。
ぜひ、ご登録をお願いいたします！！
～シェア・拡散大歓迎です^^～

車のリースをお考えの方へ

メーカーや車種は自由です

ダイハツ ミライースDの例
税金・車検代・整備料・オイル代
タイヤ・バッテリー交換など
メンテナンス込で
17，100円×60回
月平均1000㌔走行時例

有限会社　テクニカルトップ
大野城市筒井２丁目１８－１
西日本新聞エリアセンター大野城北
TEL　５７３－６４４０

☆野球情報は野球応援プロジェクトを展開中の『ブルペンズ・サイト』でチェック！！　ブルペンズ　検索

【株式会社ブルペンズ：野球用品の買い取り・販売、野球情報の発信、イベント・大会の企画・運営・協賛、ちびマッチの応援】