

5/1 ~ 7/31

投球フォームチェック

★★★
リニューアル キャンペーン

キャンペーン期間中に限り、
投球フォームチェックに加えて

体験 パーソナル
トレーニング
(30分)

を無料で
ご提供します！

※ 投球フォームチェックのフィードバック後に行います

motus BASEBALL を導入しました



motus BASEBALLは、センサーが付いたスリーブを肘に着用して投球することで、腕振りのスピードや肘にかかるストレスなどを数値化できます。数値化という客観的な判断指標を提供できるため、効率的な投球動作の改善や肘の故障の予防など、今後の投球パフォーマンスの向上につなげることができます。

詳細は、裏面をご覧ください⇒

投球フォームチェックの流れ



投球フォーム撮影

ハイスピードカメラによる投球フォーム撮影、スピードガンを用いた球速測定、motus BASEBALLによる投球データ解析を行います。

※ 運動のできる服装・グローブ・アップシューズ（スパイク不可）をご持参ください。
※ 撮影は屋外であるため、雨天時・日没後はできません。予めご了承ください。

アセスメント（フィジカルチェック）

INbodyを用いた身体組成の測定、筋力や柔軟性などの身体チェック、投球パフォーマンスに関するパフォーマンステストを実施します。

フィードバック （撮影/アセスメントから約1週間後以降）

撮影した投球フォームを専用ソフトで解析し、フォームの問題点を検出します。また、motus BASEBALLによる投球データ、アセスメント時のフィジカルチェックの結果など身体的な問題点も併せて説明します。フォームだけでなく身体的な改善点もチェックすることで、技術面・身体面の両方から投球フォームにアプローチすることができ、パフォーマンスアップのポイントやケガを引き起こす原因を把握できます。

料金

● 投球フォームチェック：1回 11,000円（税込） 2回券 19,800円（税込）

【時間】 測定：90分 フィードバック：30分 ※ 2回券の有効期限は、1回目の測定日から1年間とします。

● 体験パーソナルトレーニング：1回 無料（キャンペーン期間内）

【時間】 30分 ※ 投球フォームチェックの結果をもとに、トレーニングプログラムを作成します。

実績 / 担当トレーナー

PEP Osaka
ならでは！！

これまでにフォームチェックやフィジカルチェック、野球肘検診を含めた約1,000件ほどの指導実績があり、野球のパフォーマンスUPに関するデータを多く収集しています。そのデータを基に、フォームチェックの改善に関するアドバイスや指導に生かすことができます。藤浪晋太郎選手（現阪神タイガース）も中学生の時に利用しており、他にも社会人野球や高校野球で活躍している選手にも実施しています。

濱 登美和（はま とみかず） 野球歴：9年

JSPO-AT（アスレティックトレーナー）、鍼灸師
野球のパフォーマンスアップに適したトレーニング指導を得意とする。ジュニア選手（小学生～高校生）においては、その選手のカラダの発達/成長に合わせた指導をおこなっている。

北中 厚平（きたなか こうへい） 野球歴：12年

理学療法士、Nクリニックサブチーフ
延べ10年間で1,000人以上の野球選手に対しての指導実績があり、肩や肘の痛みにつながる投球フォームの改善指導をしてきた。投球動作研究会にも所属しており、日々投球動作についての学びを深めている。

お問い合わせ



パーソナルトレーニングジム PEP Osaka

☎ 072-423-8460 ✉ pep-osaka@n-clil.com

営業時間：9:00～21:00（木曜 14:00～21:00）

定休日：祝祭日

大阪市岸和田市別所町3-10-10

担当：濱

土・日曜 9:00～19:00