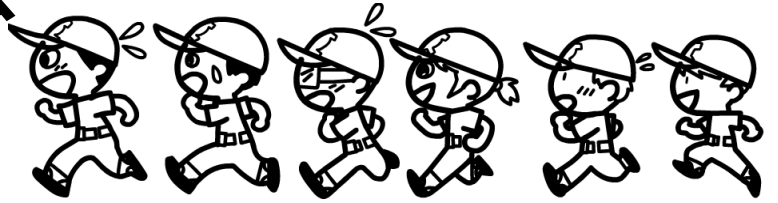


主催 宮原体育振興会

協力 大宮西リトルリーグ



第3回

ティーンボール教室

2016年11月26日(土)

AM 9:00~11:00

場所 さいたま市立大宮別所小学校 校庭

持ち物 水筒 グローブ・バットは貸し出しあり

※受付は随時校庭で行っていますので、お気軽にお声がけください。

※雨天中止の場合あり。HPをご確認いただくか、お問合せ下さい。

☆キャッチボール

親子でやってみよう！

☆ティーバッティング・走塁

バットでボールを打ってみよう！！

☆ベースランニング

どのくらい速く走れるかな？

このチラシ持参の
参加者全員に
参加賞プレゼント！

大宮西リトルリーグ 大宮タイガースはこちらから。

<http://tigers.hiho.jp/>

facebook



小学中高学年向き



大宮西リトルリーグ



硬式野球体験会

選手

同時開催

大募集中

2016年11月26日(土)

AM 9:00~11:00

場所 さいたま市立大宮別所小学校校庭

持ち物 水筒 あれば、グローブ

◆主な活動場所

メジャー《小学5・6年、中1》

埼玉県立中央高等技術専門校グラウンド

マイナー《小学3・4年》

さいたま市立大宮別所小学校校庭

◆在団生、卒団生の主な出身小学校

大宮別所小・日進北小・大砂土小・泰平小

春野小・島小・上尾小・与野西北小 など

この日がダメでも
随時体験歓迎中

◆よくある質問 Q&A

Q1 お茶当番はあるの？

4年生まではありません。5年生からは、練習中のケガや体調管理を目的に月に1,2回程度見守りを当番制で行っています。

Q2 重いボールを投げて肩や肘を壊さない？

肩や肘の故障は重いボールを投げるせいではなく、投げ方や投げすぎによるものが多いと言われています。

現に硬式球より軽い軟式球でも投げすぎなどで故障する選手もいますし、硬式球より重いソフトボールを使用する選手もいますが、それが原因で故障が多いとは聞きません。

連絡先: 事務局長 高松

✉ t-dekomayu.703@docomo.ne.jp

HP : <http://tigers.hiho.jp/>