



GYM  
**TOP  
SPEED**

速さを追求するスポーツジム

DECEMBER  
12/  
**10.11**  
sat sun

**2022 WINTER  
BASEBALL CAMP  
IN TOYAMA**



# 超高校級を学ぶ2日間!

## 闘争・投走キャンプ



本ベースボールキャンプでは、球速アップのためのスローイング・ピッチングメカニズムの習得に加え、投動作向上に繋げる走動作の獲得も学びます。

努力の方向性が見つかる爽りある2日間です。

### CONCEPT コンセプト

努力に見える化!

スポーツ科学で”スピード”を高める

TOPSPEED GYMは

スポーツの重大要素である

“スピード”向上に特化した画期的な施設です。

高度な研究機関で行う測定・分析と

多機能なトレーニングフィールドを併せ持つことにより

測定から強化までを可能にしました。



測定



分析



計画



強化



### PROGRAM プログラム

力  
【Force】

柔軟性  
【Mobility】

メカニクス  
【Mechanics】

投球動作のエネルギー伝達は

「助走」と「回転」に大分されます。

「助走」では強く長く地面に力を伝えること

「回転」では短く素早く回ること

これは、走動作のスタート局面と類似したポイントです。

スタート時には「倒れる力」と「伸びあがる力」を上手くコントロールすることで素早いスタートに繋がります。

今回のキャンプでは、投動作向上に繋げる走動作の獲得も学びます。

#### TOPSPEED ベースボールキャンプの特徴

- 選手の能力・特徴を数値化
- スローイング&ピッチング動作の改善
- 4Dモーションキャプチャーによる“リアルタイム”フィードバック
- 球速を上げるフィジカルトレーニング
- 瞬発力を高めるスプリントトレーニング
- プロ野球球団採用ストレッチマシン
- 球速・回転数・回転軸などの改善



# SCHEDULE スケジュール

## Day1

AM9:30-  
AM10:00-12:00

受付  
オリエンテーション  
スポーツドック・球速測定

PM13:00-17:00

可動性学習・トレーニング  
スプリント動作・トレーニング  
ピッチングメカニクス  
ストレングストレーニング

## Day2

AM9:00-12:00

体幹トレーニング  
スローイングトレーニング

PM13:00-15:00

ピッチングトレーニング  
球速測定

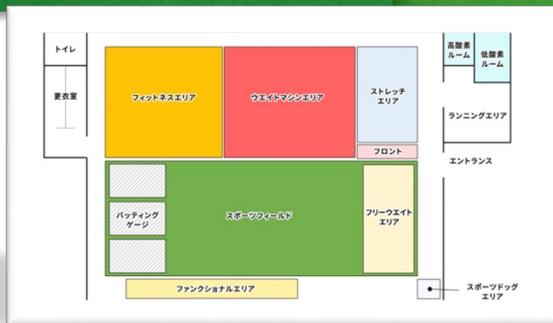


## Facility 施設案内



### ラプソード測定& 4Dモーションキャプチャー

MLB球団やNPB球団で導入され注目されている  
“ラプソード”を用いて、球速・ボールの回転数・  
回転軸など詳細データをリアルタイムフィードバック



スポーツドック



フィールド併設  
ウェイトスペース

## TEAM TOPSPEED スペシャリスト

各分野のスペシャリストが  
徹底バックアップ!!

様々なフィールドで活躍する  
プロのトレーニング指導者が  
野球に活かせるスピードアップの為に  
参加者を全面的にサポートします。



Throw

橋内 基純 氏  
VERSATR代表  
元NPB球団トレーナー



Sprint

油谷 信隆 氏  
(株) アルプス代表  
SAQレベル3トレーナー



Power

田中 幸治 氏  
元オリンピック強化スタッフ  
(ウェイトリフティング)

### 【2022 ウィンターベースボールキャンプ】

- 日程 2022年12月10日(土)・11日(日)
- 場所 TOPSPEED GYM (富山県高岡市姫野506)
- 参加要件 高校生以上
- 費用 33,000円(税込)

### 【お申し込み方法】

WEBから申し込んで、  
当日現地にてお支払いください。  
QRコードから予約フォームへアクセス



### 【お問合せ先】株式会社アルプス

富山県高岡市姫野506 TEL. 0766-84-5252