



STEAM Sports
Laboratory

Road to KOSHIEEN

甲子園の道

<https://pando.life/steamslab>

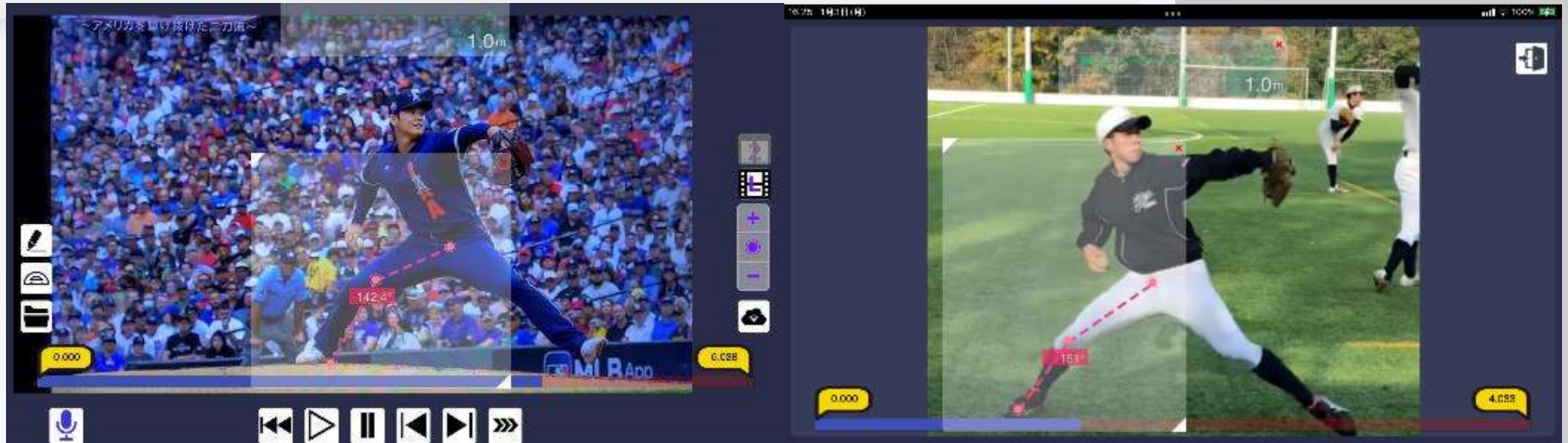
Pitcher Level 1

Pitcher Level 1

ポイント：正しいフォームを理解する。

ボールの握り方、手の使い方、腰のための使い方、踏み出した時の体重の乗せ方
タオルをつかんで、投げるフォームをチェックする

練習方法：見本をみて、ポイントを押さえて、真似をする

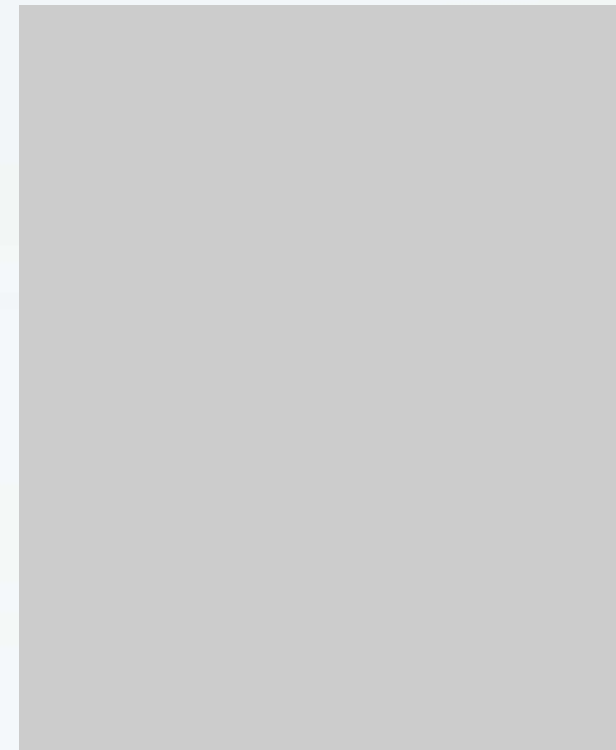


下半身の ワレ をしっかり取って投げることで上体が安定して腕が振れてくる。



STEAM Sports Laboratory Inc.

Pitcher Level 1



STEAM Sports Laboratory Inc.

Pitcher Level 1

ポイント2 ボールの持ち方にも注意する



正しいボールの持ち方



STEAM Sports Laboratory Inc.



STEAM Sports
Laboratory

Road to KOSHIEEN

甲子園の道

<https://pando.life/steamslab>

Pitcher Level 2

Pitcher Level 1

ポイント：フォームを正しく、スムーズに動かすことができる（モビリティ力）
ボールが投げれるようになる
ストライクゾーンに投げられる（正しいリリースポイントが）

練習方法：ペットボトルを軽く真上にあげる持って。肩は使わない、肩甲骨を使ってあげる。
ボールの握りをしっかり確認する

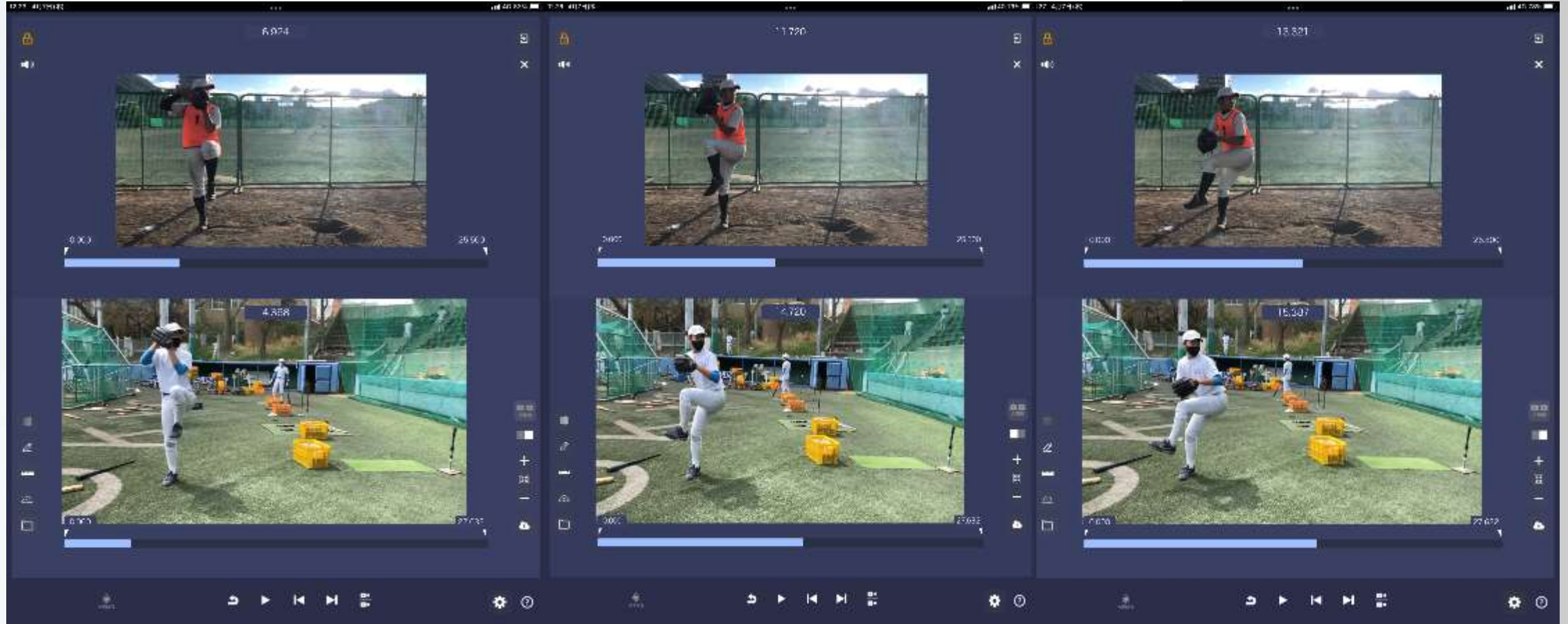
練習方法：セラバンド指導（投げる）重心の移動（投球フォームの強制）
下半身強化（セラバンドでひっかけて走る）



STEAM Sports Laboratory Inc.

Pitcher Level 2

ポイント1 まっすぐ立てるか、お尻がキャッチャーの方に向いているか。



STEAM Sports Laboratory Inc.

Pitcher Level 2

ポイント2 投げる前のタメができていないかが重要



STEAM Sports Laboratory Inc.

Pitcher Level 2

ポイント3 前の脚にしっかり体重が乗っている



STEAM Sports Laboratory Inc.

Pitcher Level 2

ワレの重要性



STEAM Sports Laboratory Inc.

Pitcher Level 2



チューブトレーニング（下半身の強化）
チューブを使ったトレーニング。
坂道で引っ張られながら登っていく。
（阪神タイガースに行った望月選手）



STEAM Sports Laboratory Inc.

Pitcher Level 2

チューブトレーニング（下半身の強化）

チューブを使ったトレーニング

下はワリを意識的に作るチューブを使ったトレーニング
（16年ぶりに関東大会出場の前橋高校）



STEAM Sports Laboratory Inc.

Pitcher Level 2

ペットボトルトレーニング 上にまっすぐ上げる練習（画像は少し後ろに上がってしまっている）



STEAM Sports Laboratory Inc.



STEAM Sports
Laboratory

Road to KOSHIEEN

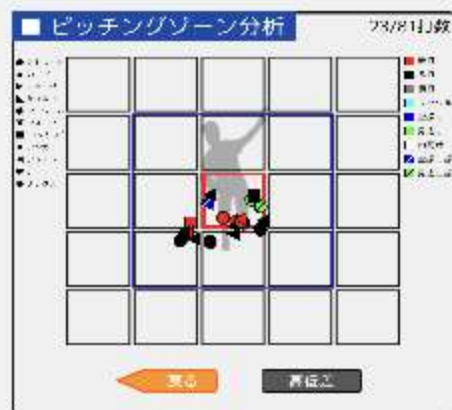
甲子園の道

<https://pando.life/steamslab>

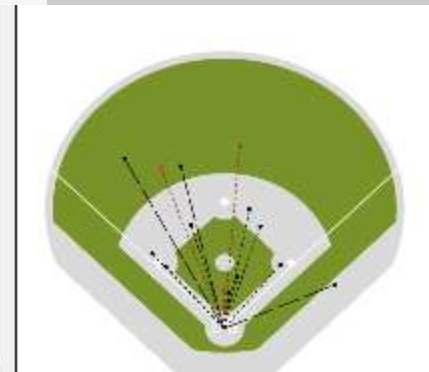
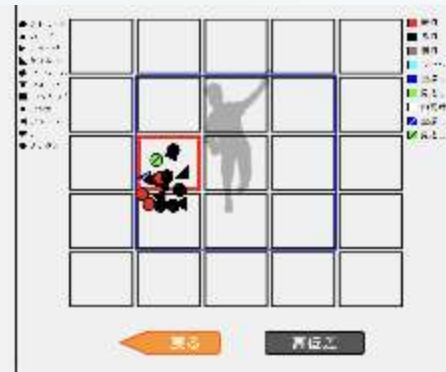
Pitcher Level 3

Pitcher Level 3

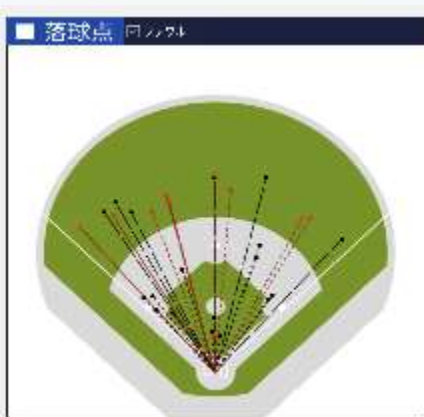
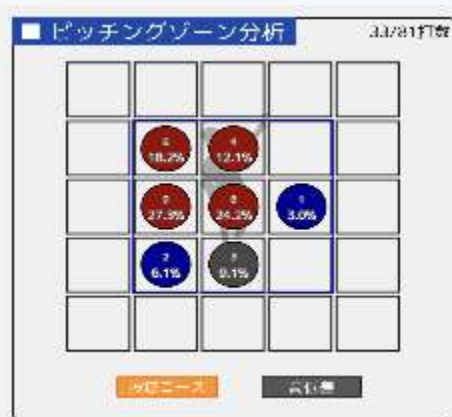
配球戦略を考えて、コントロール力を上げることが試合には重要



投球比率: 12% 中 4% 右打者 左打者 全打者 直球系 曲がる系 落ちる系



投球比率: 12% 中 4% 右打者 左打者 全打者 直球系 曲がる系 落ちる系



投球比率: 12% 中 4% 右打者 左打者 全打者 直球系 曲がる系 落ちる系



投球比率: 12% 中 4% 右打者 左打者 全打者 直球系 曲がる系 落ちる系



STEAM Sports Laboratory Inc.

STEAM Sports野球部門コーチ

片山 宗臣

株式会社アソボウズ 代表

STEAM Sports Laboratory エグゼクティブアドバイザー



【プロフィール】

- 「スポーツをもっと楽しく、奥深いものに」を企業理念に株式会社アソボウズを設立。当時珍しかったスポーツのデータ分析を強みに、西武ライオンズ、読売巨人、中日ドラゴンズ、千葉ロッテマリーンズなどにシステムが採用され、野村監督や数々の名将と共にプロの世界で選手のパフォーマンスアップやチーム強化に貢献する。その後、データスタジアム株式会社を設立。戦術分析・動作解析方法など、現代には欠かせないスポーツのデータ化に大きく貢献した。
- 現在は、そのノウハウを後世に残すために（株）STEAM Sports Laboratory（スティームスポーツラボラトリ）のエグゼクティブアドバイザーとして、野球デジタルスコアブック「STEAM Baseball」や、2画面動作解析アプリ「Pre-Post（プレポス）」などのスポーツ専用システムの開発と、データを分析・活用した選手育成やチーム強化、アスリートのセカンドキャリア支援などの人材教育事業に携わっている。

2画面動作解析アプリ

Prepost (プレポス)

映像を撮影して自分のフォームをチェックしよう

<https://2sa.steams-jp.com/>

URLにアクセスすれば利用可能



ログインID・パスワードをご確認ください。

■ プレポスでできること

- 自分の動画をアップロードして動作を確認してみる
- 見本映像を確認してみる
- 2画面で見本映像と比較してみる
- 2画面で過去の映像と比較してみる

■ 便利な機能

- 動画への書込み機能（文字・画像・角度・距離）
- メモ機能（テキストメモ・音声メモ）
- 動画のタグ付け機能
- 動画の共有機能

野球デジタルスコアブックアプリ

STEAM Baseball

現代野球に欠かせないデータ収集&分析でチーム強化！
自分で考え、成長する選手・チームづくりには、日々のデータが必要です

iPadまたはAndroidタブレットで使用可能



スコアブックをデータ登録することで、チームの課題、個人の課題を正確にとらえ、練習や試合に活かしてください。

- 入力しやすいインターフェイス
- 投球・打球位置、返球ルート、守備位置・選手変更など詳細なデータ登録や設定が可能
- チーム評価、個人評価（投手・バッター）、セイバーメトリクスなどの統計的な評価機能搭載
- 正規のスコアブックとして抽出も可能
- チームだけでなく、個人でも自分の結果を閲覧可能（オプション）
- メモ機能が充実！試合メモ、個人アドバイスの記録が可能！

THANK'S FOR WATCHING



STEAM Sports
Laboratory

Contact Us

株式会社STEAM SPORTS Laboratory

（スティームスポーツラボラトリー）

〒158-0098 東京都世田谷区上用賀1-1-1 S102

TEL：03-6206-0333

mobile：080-9670-2661（担当：小松）

Mail：info@steams-jp.com URL：https://pando.life/steamlab