

ZETT BASEBALL SCIENCE SEMINAR

第3回 ベースボールサイエンスセミナー

専任スタッフによる **無料** セミナーを開催

皆様の目的にあったトレーニングのアドバイスを致します。加圧トレーニングは初めての方のみならず、既に活用されている方も効果的なトレーニングの相談や再測定にお越しく下さい。

8月25日(日)開催

13:00開場 **ゼット株式会社 東京オフィス 2F セミナースペース**

入場無料 体験会、セミナー、測定会 参加無料

〒111-8601 東京都台東区浅草橋3-30-7

JR、都営浅草線「浅草橋」駅下車 徒歩5分

※駐車場はございません

会場までの地図は裏面を参照ください。

参加対象者：中学・高校・大学生
保護者、指導者の方

EVENT 1



加圧トレーニング 体験

球速アップ！
スイングスピード向上

既購入者の参加 **大歓迎**
カーツウェアをご持参下さい。

「ベースボールカーツ」試着体験会

開催時間 **16:00 ~ 18:00**

説明と指導：内山 恵介 加圧インストラクター 株式会社ゼノア PCCS STATION青山 所属

ベースボールカーツウェアとは？

低負荷ながら、ハードな高負荷トレーニング以上の効果が上げられる「加圧トレーニング」を安全に個人で活用できるウェアです。
筋肥大、可動域向上、疲労回復、と野球選手に必要なトレーニングとコンディショニングに活用いただけます。

EVENT 2



RANGE OF MOTION & MUSCLE & SPEED
可動域（柔軟性） 筋力

優勝者に商品あり！

競技時間 **14:00 ~ 16:00**

第1回 BASEBALL PLAYER PHYSICAL CONTEST

野球に必要な体力ポイントを競うテストです！ 1チーム5名までエントリー可能

スイングスピード測定 筋力測定 柔軟度計測

結果発表&表彰 **18:00 ~ 19:00**

測定結果解説

講師：尾沢 知弘（ゼット株式会社トレーニング担当）



イベント終了予定 20:00 頃 **開催時間内 自由入退場可能**

加圧トレーニングの体験希望者は、体験同意書にサインを頂くこととなりますのでご了承ください。

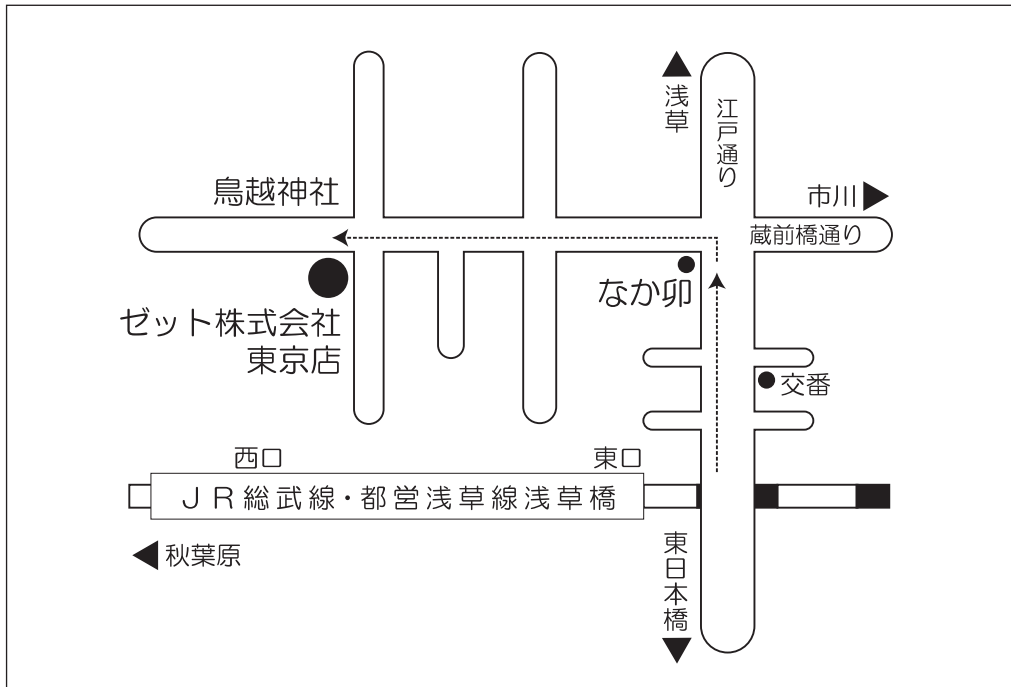
当日混雑の場合には、入場をお待ち頂く場合がございます。

会場内での貴重品の盗難、紛失につきましては一切の責任を負いかねます。貴重品の管理については十分にご注意ください。

会場案内

ゼット株式会社 東京オフィス 2F セミナースペース

〒111-8601 東京都台東区浅草橋3-30-7
J R、都営浅草線「浅草橋」駅下車 徒歩5分



※駐車場はございません

当日は2Fセミナー会場以外の他の階には立ち入りできません。