

# メディシンボールスローと スイング速度・打球速度・投球速度の関連



- Rotational Medicine Ball Throw Velocity Relates to NCAA Division III College Baseball Player Bat Swing, Batted Baseball, and Pitching Velocity, Taniyama, et al, *Journal of Strength and Conditioning Research*, 2021

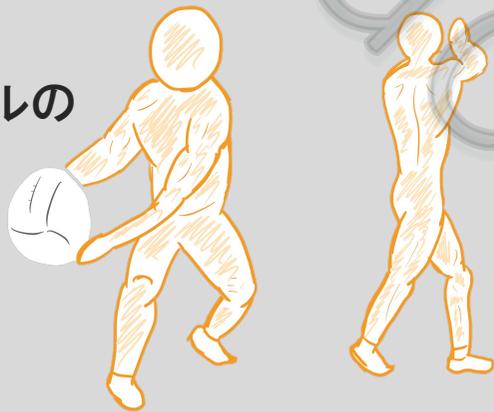
メディシンボールを速く投げることができる選手は  
バットスイング速度・打球速度・投球速度も速い！

## 対象

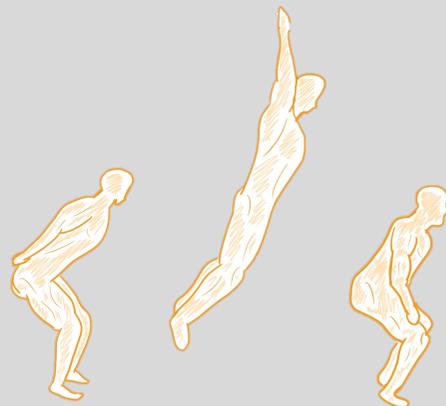
NCAA Division III 大学野球選手35人  
投手15人、野手23人（3名は兼任）

## 測定項目

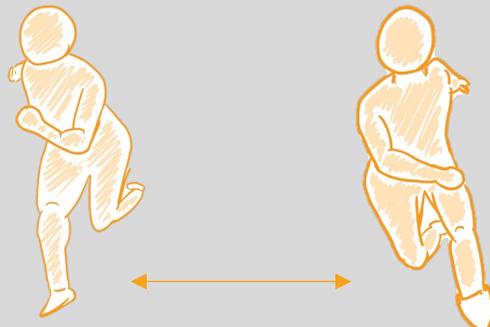
メディシンボールの  
回転スロー



両足での  
立ち幅跳び



横方向への  
ホップ



メディシンボールスローには  
色々な種類があるので  
チャレンジ！

## 結論

メディシンボールスローが速い



スイング速度・打球速度・投球速度も  
速い！

全身を上手に使うことでボールを投げる  
ことが、スイング速度や投球速度にも  
良い影響を与える??