



# 2023年11月 野球塾 in 下関 日程表

## 柴原氏による技術指導

**日時** 11月28日(火) 17:00～20:00

※開催日時は変更になる場合があります。  
変更があった場合は事前にお知らせ致します。

**場所** オーヴィジョンスタジアム(下関球場) 下関市富任字小迫

※集合場所：下関北運動公園多目的広場

## リハビリスタッフによる体の使い方指導

**日時** 11月7日(火) 18:00～20:00

11月14日(火) 18:00～20:00

**場所** 下関武道館 下関市富任字小迫



### <連絡事項>

- 柴原氏による技術指導時は、野球ができる服装でご参加下さい。  
スパイク、グローブ、バット(持っている方)、タオル、水分(お茶・スポーツドリンク等)をご持参下さい。
- リハビリスタッフによる体の使い方指導時は、運動しやすい服装でご参加下さい。  
タオル、水分(お茶・スポーツドリンク等)、室内用シューズをご持参下さい。
- 欠席される場合は、必ずご連絡下さい。

### <連絡先>

フィットネススクール ロコモK.O 長府店 TEL: 083-242-1090