着地スコア(ゼロポジション)

体幹は股関節からまっすぐ前傾。



膝は90度屈曲。

膝は前足部より前。

膝は内外反、動揺しない。

上半身重心は足部の直上。

(c)2017芦屋中央病院 スポーツ外傷・障害 専門外来All Rights Reserved.

芦屋式投球フォーム評価法 ver.3

2018.9.29改訂

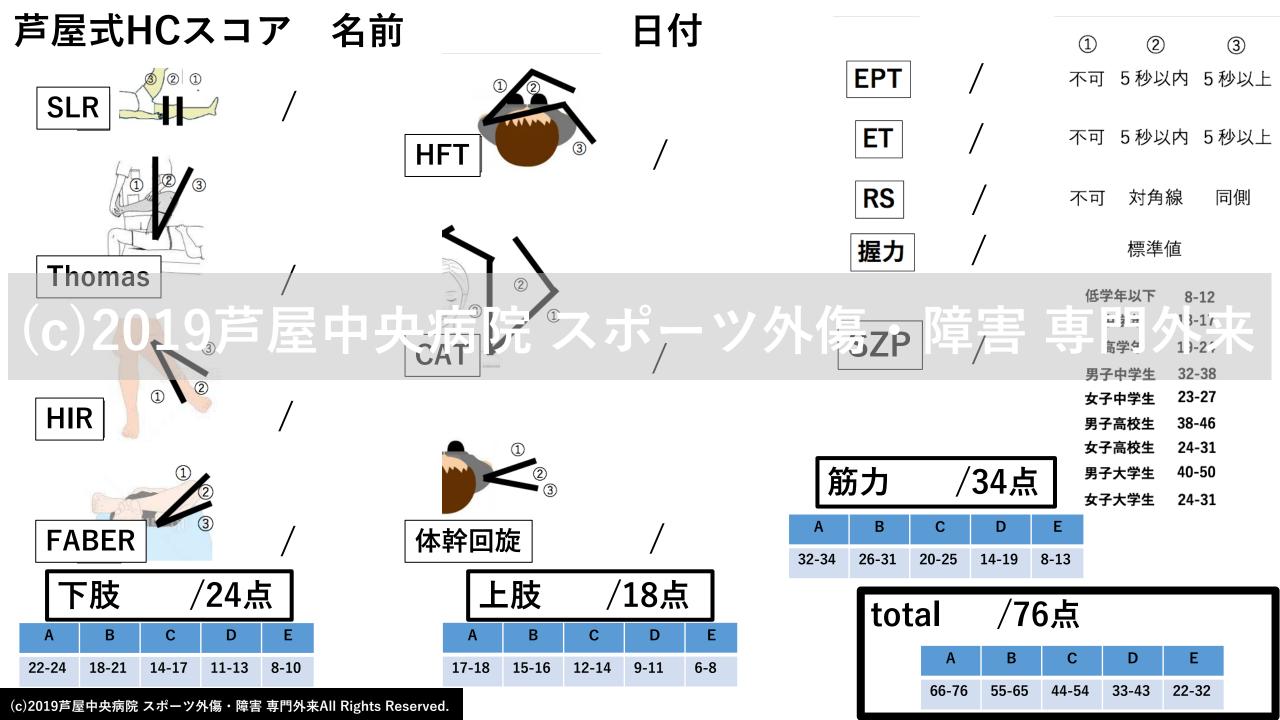
		正面		側面	
	1.ストライド	体幹と下腿は前傾かつ平行		体幹は後傾	
)2	2.トッ3 = =	路となる。大野が前にまって、	- ''	右肩は9月度外転、声は三曲	核
		体幹の前面は見えない。		左肩は内旋	
		体幹、膝、足部が一直線上			
	3.コッキング	右肩は90度外転、肘は屈曲		胸の下から右大腿までまっすぐ	
				体幹と左大腿は90度以下	
	4.リリース	右肩は90度外転		体幹から右上肢までまっすぐ	
		左肘、手関節屈曲			
	5.フィニッシュ			体幹右側が地面に対して平行。	

(c)2018芦屋中央病院 スポーツ外傷・障害 専門外来All Rights Reserved.

芦屋式投球フォーム評価法 ver.4 2018.12.26改訂

	正面	側面			
1.ストライド	体幹と下腿は前傾	体幹は後傾			
	体幹と下腿は前傾かつ平行	体幹の後傾は20度以上			
2.トップ	左足は本塁方向にまっすぐ	右肘は肩と同じ高さ			
	体幹の前面は見えない	右肘は90度以上屈曲			
0++ -	体幹は地面に対して垂直	左肩は内旋			
.8芦屋。	FRUTTING TO THE	ツ外傷・障害専	li		
3.コッキング	右肩は90度外転	体幹と右大腿はまっすぐ			
	右肘は90度以上屈曲	体幹と左大腿は90度より大きくない			
		体幹と左大腿は90度より明らかに小さい			
4.リリース	右肩は90度外転	体幹から右上腕までまっすぐ			
	右肘は伸展	右上腕から前腕までまっすぐ			
	左上肢はしっかりたたむ				
5.フィニッシュ	背中が見える	体幹の右側と地面の角度は45度以下			
		体幹の右側は地面とほぼ平行			

(c)2018芦屋中央病院 スポーツ外傷・障害 専門外来All Rights Reserved.



芦屋式投球障害評価シ

ム評価法 ver.4 2018.12.26改訂 ₩ 芦屋式投球フ

側面	体幹は後頃	体幹の後頃は20度以上	右肘は肩と同じ高さ	704/第2/單書 専門外来	左肩は内旋		体幹と右大腿はまっすぐ	体幹と左大腿は90度より大きくない	体幹と左大腿は90度より明らかに小さい	体幹から右上腕までまっすぐ	右上腕から前腕までまっすぐ		体幹の右側と地面の角度は45度以下	体幹の右側は地面とほぼ平行
正型	体幹と下腿は前傾	体幹と下腿は前傾かつ平行	左足は本塁方向にまっすぐ	声屋中央病院 スポー	体幹は地面に対して垂直	下腿は地面に対して垂直	右肩は90度外転	右肘は90度以上屈曲		右肩は90度外転	右肘は伸展	左上肢はしっかりたたむ	背中が見える	
	1.ストライド		2.h97	(c)2019			3.コッキング			4.リリース			5.フィニッシュ	

/24点 投 採

6-0 10-13 14-17 K 大病院 18-21 22-24

	В	8-10
24点	Q	11-13
/2	၁	14-17
ž	В	18-21
下肢	А	22-24

	ш	8-9
18点	Q	9-11
/18	o	12-14
ž	В	15-16
上肢	А	17-18

	ш	8-13
卢	D	14-19
/34	o	20-25
)	В	26-31
筋力	А	32-34

<u></u>		
	ш	22-39
00点	Q	40-59
/1	S	60-74
(I	В	75-89
統	A	90-100
(1]		

(c) 2019芦屋中央病院スポーツ外傷・障害 専門外来 All Rights Reserved.