

Sコーチの独断と偏見で選んだ自主練習動画リンク集(2020年4月9日)

Youtubeチャンネル	タイトル	URL
1 読売ジャイアンツ	プロ野球選手がやってる！今日からできる家トレ！	<a href="https://youtu.be/UnvgZTUIU3A">https://youtu.be/UnvgZTUIU3A</a>
2 読売ジャイアンツ	家トレ「肩甲骨」を動かしてケガ予防！ 鍵谷投手にインタビューも	<a href="https://youtu.be/U46tnLLYsp4">https://youtu.be/U46tnLLYsp4</a>
3 読売ジャイアンツ	子供たち必見！家トレ！バランスボールで体幹トレ	<a href="https://youtu.be/olgXZQKqzDQ">https://youtu.be/olgXZQKqzDQ</a>
4 読売ジャイアンツ	下半身強化トレ！パート2「体幹・中殿筋を徹底的に鍛える！」	<a href="https://youtu.be/t9NSwppvHSI">https://youtu.be/t9NSwppvHSI</a>
5 読売ジャイアンツ	下半身強化トレ！大投手を夢見る少年少女必見	<a href="https://youtu.be/3nvHdJbnfWE">https://youtu.be/3nvHdJbnfWE</a>
6 中日ドラゴンズ	家でもできる野球トレーニング ～打つ篇～	<a href="https://youtu.be/HmSU5xWoGmk">https://youtu.be/HmSU5xWoGmk</a>
7 中日ドラゴンズ	家でもできる野球トレーニング ～捕る篇～	<a href="https://youtu.be/rlVMSpI6iMI">https://youtu.be/rlVMSpI6iMI</a>
8 中日ドラゴンズ	家でもできる野球トレーニング ～投げる篇～	<a href="https://youtu.be/rkzRG JQS7Q">https://youtu.be/rkzRG JQS7Q</a>
9 千葉ロッテ	佐々木朗希投手も実践している家でも出来る簡単トレーニング その1	<a href="https://youtu.be/28EioBxDxz4">https://youtu.be/28EioBxDxz4</a>
10 千葉ロッテ	佐々木朗希投手も実践している家でも出来る簡単トレーニング その2	<a href="https://youtu.be/3fdew7Z26I">https://youtu.be/3fdew7Z26I</a>
11 千葉ロッテ	佐々木朗希投手も実践している家でも出来る簡単トレーニング その3	<a href="https://youtu.be/ldio7tRFiSs">https://youtu.be/ldio7tRFiSs</a>
12 千葉ロッテ	佐々木朗希投手も実践している家でも出来る簡単トレーニング その4	<a href="https://youtu.be/4UiWMh5tutQ">https://youtu.be/4UiWMh5tutQ</a>
13 千葉ロッテ	佐々木朗希投手も実践している家でも出来る簡単トレーニング その5	<a href="https://youtu.be/ivfxZWZWciY">https://youtu.be/ivfxZWZWciY</a>
14 福岡ソフトバンク	ホークス公式 おうちで工藤塾！21和田投手 投げる編～ボールの握り方～	<a href="https://youtu.be/y3IhsGq2y88">https://youtu.be/y3IhsGq2y88</a>
15 福岡ソフトバンク	ホークス公式 おうちで工藤塾！17岩崎投手 投げる編～ボールの投げ方～	<a href="https://youtu.be/8rYZ-0aV2OY">https://youtu.be/8rYZ-0aV2OY</a>
16 福岡ソフトバンク	ホークス公式 おうちで工藤塾！10東浜投手 投げる編～コントロールと回転	<a href="https://youtu.be/h4oA4MAoo-A">https://youtu.be/h4oA4MAoo-A</a>
17 東北楽天	「うちトレ！」～ 捕る篇～ 室内でできる野球レッスン	<a href="https://youtu.be/eVgyU9PCPnI">https://youtu.be/eVgyU9PCPnI</a>
18 東北楽天	「うちトレ！」～ 投げる篇～ 室内でできる野球レッスン	<a href="https://youtu.be/ntWlmwsFUys">https://youtu.be/ntWlmwsFUys</a>
19 東北楽天	「うちトレ！」～ 捕る・投げる篇～ 室内でできる野球レッスン	<a href="https://youtu.be/FAiQm1voMTk">https://youtu.be/FAiQm1voMTk</a>
20 北海道日本ハム	【ファイターズとおやくそく】おうちでたいそうしよう(出演:杉谷拳士選手)	<a href="https://youtu.be/PLNPxttKayw">https://youtu.be/PLNPxttKayw</a>
21 北海道日本ハム	【ファイターズとおやくそく】おうちでできるかんたんトレーニング	<a href="https://youtu.be/os68ikDaZ1Q">https://youtu.be/os68ikDaZ1Q</a>
22 マエケン チャンネル	自宅で出来るアスリートトレーニング紹介します！！	<a href="https://youtu.be/sYfNtV6claY">https://youtu.be/sYfNtV6claY</a>
23 マエケン チャンネル	怪我予防と肩こりが改善されるトレーニング紹介します！！	<a href="https://youtu.be/3wNNXIZOcFI">https://youtu.be/3wNNXIZOcFI</a>
24 マエケン チャンネル	これであなたもマエケン体操マスター！！	<a href="https://youtu.be/pXckTGQLsZI">https://youtu.be/pXckTGQLsZI</a>