

ミニミニ♪ルーキーズ 交流戦

～3月度開催～
10日(火) 24日(火)
10:30からスタート!
参加資格はセンター
公認AVE170以下
参加費2250円!

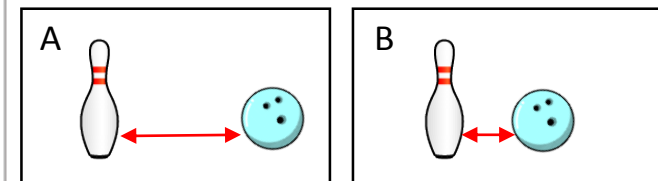
ボウリングを始めたばかりの方や
健康の為、お友達と楽しくボウリングが
そんな目的でボウリングをされている方に
とってもオススメです!
この交流戦は、スコアを競うというよりは
色々な方と交流しながら
楽しくボウリングをすることが趣旨です!
興味のある方は担当の那覇までお声掛けください!

皆でボウリングを楽しもう!

第29回 らっくん&らっぴーのボウリング豆知識!

皆さん、らっくん&らっぴーだよ!
さて、今回のお話は
【個人練習のススメ】でございます。
リーグ戦などに向けて好成績を収める為
練習は不可欠! 色々な練習方法をご紹介します!
【ボウリングの練習方法について】

ボウリングの上達にはアイテムやボールはもちろんですが、当然実際に投球して練習する事が一番大事です!
勉強熱心な方は、色々と改善点など頭が一杯になることもあるでしょう・・・、ですが、それでいいんです!
何事もそうですが、色々と考えながら練習するのはとってもいいことです!
自分の悪い点や、直したい点、などのイメージをしっかりと持って練習すれば、だんだんと慣れてきて、いつの間にかできるようになってくるハズです(*・*)
そうすると、今度はまた違う問題点が出てきて、今度は、それに向かって挑んでいく...といった感じで、次から次へとやる事一杯ですよ・・・(・;ω;・)
でも、それはとってもいい流れですよ!
ちょっと前までは考えながらひやひやとできなかった事が、体に馴染んで、自然とできるようになってきています。
そうすると、また新しい事を考え、改善しながら、ボウリングをプレーできるわけですね。
そうして積み重ねていきますと、当然アベレージもそれに伴ってドンドンアップ!と、いいたいところなのですが、ボウリングはなかなかそう単純にいきませんね・・・。
ただ【上達】というのは単純に、スコアアップだけの話ではなく例えはスベア!
スベアを獲得すれば、次の投球の点数を加算するボーナス得点がありますね。
で、もちろんスベアをとれなければボーナス点は無し!ですね・・・。
スコアアップにはスベアカバーの確立アップは、非常に重要なのですが、悲しい事に【取れなきゃ0点】なんですよね(・ω・)
ひがし、我々が上達しているなぁ、と感じるのはただ単にスベアを取れる、取れない、という事だけではないのです。
例えば下の図で説明しますと...



Aの場合も、Bの場合も、両方スベアは取れず、0点には変わりませんが、どうでしょう? Bの方が惜しいですよ!
皆さん、ボウリングを始めたばかりの頃は当然Aの方だったハズが、練習を重ね、あるいはリーグ戦や大会に参加し定期的にボウリングをしているうちにだんだんとBに【成長】していったらどうでしょう?
スコアが上がらなくて悩んでいる人も多くいますが、皆さん、AからBに成長しているんです、あともうちょっとで安定してスベアが取れるようになるハズ! そうすれば、スコアも170 AVEを超えることも難いことじゃありません!
今回は、具体的な練習方法についてご案内していく予定なので、皆さんの楽しみに～(・〇・)/

2020年3月度ボウリングレッスン開催日程					
日付	曜日	開始時間	時間・制限	料金	担当
1	日	15:40	60分: 先着8名	1400円	佐々木P
2	月	10:30	60分: 先着8名	1400円	長縄P
		12:15	60分: 先着8名	1400円	佐々木P
		14:00	60分: 先着8名	1400円	長縄P
		15:40	60分: 先着4名	1400円	佐々木P
3	火	11:00	60分: 先着8名	1400円	小須田P
		12:30	60分: 先着8名	1400円	小須田P
4	水	10:30	60分or90分: 先着4名 ※当日の状況により8名になる可能性あり	1400円/2000円	貞松P
		13:30	60分or90分: 先着4名	1400円/2000円	貞松P
5	木	10:30	60分: 先着8名	1400円	貞松P
		13:30	60分: 先着8名	1400円	貞松P
		18:10	60分	1400円	秋吉P
8	日	11:00	60分: 先着8名	1400円	佐々木P
9	月	10:30	60分: 先着8名	1400円	長縄P
		12:15	60分: 先着8名	1400円	佐々木P
		14:00	60分: 先着8名	1400円	長縄P
		15:40	60分: 先着4名	1400円	佐々木P
11	水	10:30	60分or90分: 先着4名 ※当日の状況により8名になる可能性あり	1400円/2000円	貞松P
		13:30	60分or90分: 先着4名	1400円/2000円	貞松P
12	木	10:30	60分: 先着8名	1400円	貞松P
		13:30	60分: 先着8名	1400円	貞松P
		18:10	60分	1400円	秋吉P
13	金	18:30	90分	2000円	秋吉P
		19:00	60分	1400円	秋吉P
15	日	11:00	60分: 先着8名	1400円	佐々木P
		15:40	60分: 先着8名	1400円	佐々木P
16	月	10:30	60分: 先着8名	1400円	長縄P
		12:15	60分: 先着8名	1400円	佐々木P
		14:00	60分: 先着8名	1400円	長縄P
		15:40	60分: 先着4名	1400円	佐々木P
17	火	11:00	60分: 先着8名	1400円	小須田P
		12:30	60分: 先着8名	1400円	小須田P
		20:30	90分: 先着8名	2000円	棚橋P
		21:00	60分: 先着8名	1400円	棚橋P
18	水	10:30	60分or90分: 先着4名 ※当日の状況により8名になる可能性あり	1400円/2000円	貞松P
		13:30	60分or90分: 先着4名	1400円/2000円	貞松P
19	木	10:30	60分: 先着8名	1400円	貞松P
		13:30	60分: 先着4名	1400円	貞松P
20	金	18:30	60分	1400円	秋吉P
21	土	12:30	60分: 先着8名	1400円	佐々木P
22	日	11:00	60分: 先着8名	1400円	佐々木P
		15:40	60分: 先着8名	1400円	佐々木P
23	月	10:30	60分: 先着8名	1400円	長縄P
		12:15	60分: 先着8名	1400円	佐々木P
		14:00	60分: 先着8名	1400円	長縄P
		15:40	60分: 先着4名	1400円	佐々木P
25	水	10:30	60分or90分: 先着4名 ※当日の状況により8名になる可能性あり	1400円/2000円	貞松P
		13:30	60分or90分: 先着4名	1400円/2000円	貞松P
26	木	13:30	60分: 先着4名	1400円	貞松P
		18:10	60分	1400円	秋吉P
27	金	18:30	90分	2000円	秋吉P
		19:00	60分	1400円	秋吉P
28	土	12:30	60分: 先着8名	1400円	佐々木P
29	日	11:00	60分: 先着8名	1400円	佐々木P
30	月	10:30	60分: 先着8名	1400円	長縄P
		12:15	60分: 先着8名	1400円	佐々木P
		14:00	60分: 先着8名	1400円	長縄P
		15:40	60分: 先着4名	1400円	佐々木P

*レッスンは電話での事前申し込みができますのでスタッフまでお声掛け下さい。
*先着制のレッスンは定員人数に達し次第、大変申し訳ございませんが締め切らせて頂きます。
*但し、レーンの空き状況により参加人数を増やす場合もございますので、予めご了承下さいませ。
*変更の可能性もございます! 詳しくはホームページ、場内提示をご覧ください!

本八橋スターレーン トーナメントスケジュール										2020年3月			
開催日	大会名	開始時間	G数	参加費	表彰	参加資格	公認	HDCP					
1	日	キリンおはようトーナメント	9:00	4	通常 2,550円 SLC 2,350円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		友の会ハンディキャップトーナメント	12:00	6	3,350円	優勝～5位 賞	友の会	○	公認				
2	月	長縄多福子プロと投げよう！7-10カップ	15:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		秋吉夕紀プロと投げよう！スキルアップトーナメント！	20:30	3	通常 2,550円 SLC 2,400円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
3	火	小須田礼子プロと浅田梨菜プロと投げよう！4-6カップ	16:00	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
4	水	8トライトーナメント-MOTOYAWATA-1	10:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	マイボウラー	○	公認				
		貞松保行プロと投げよう！7-10カップ	16:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
5	木	8トライトーナメント-MOTOYAWATA-2	10:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	マイボウラー	○	公認				
		KO賞山分け！貞松プロと秋吉プロチャレンジ	16:00	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
6	金	長縄多福子プロレッスン&投げようトーナメント	10:10	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		長縄多福子プロと投げよう！7-10カップ	16:00	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
7	土	日替りパンチアウトトーナメント	9:00	4	通常 2,650円 SLC 2,450円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		7-10カップトーナメント	12:00	4	通常 2,650円 SLC 2,450円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		中島美穂プロと投げよう！	20:00	4	通常 3,050円 SLC 2,850円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
8	日	マンスリーチャンピオン決定戦	9:00	6	3,350円	優勝～5位 賞	友の会	○	年齢性別				
		まほちゃん&蓮見ちゃん卒業記念大会	19:00	4	通常 2,750円 SLC 2,550円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
9	月	長縄多福子プロと投げよう！ホップステップ	15:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		秋吉夕紀プロと投げよう！スキルアップトーナメント！	20:30	3	通常 2,550円 SLC 2,400円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
10	火	ミニミニルークストーナメント（Aベ170以下限定）	10:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	AVE170以下	○	公認				
		浅田梨菜プロと投げよう！パンチアウト	16:00	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
11	水	貞松保行プロと投げよう！7-10カップ	16:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
12	木	8トライトーナメント-MOTOYAWATA-3	10:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	マイボウラー	○	公認				
		KO賞山分け！貞松プロと秋吉プロチャレンジ	16:00	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
13	金	長縄多福子プロレッスン&投げようトーナメント	10:10	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
14	土	日替りパンチアウトトーナメント	9:00	4	通常 2,650円 SLC 2,450円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		7-10カップトーナメント	12:00	4	通常 2,650円 SLC 2,450円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
15	日	キリンおはようトーナメント	9:00	4	通常 2,550円 SLC 2,350円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		友の会全月例会	12:00	4	2,450円	優勝～5位 賞	友の会	○	公認				
16	月	高坂麻衣プロチャレンジ	19:00	4	通常 3,050円 SLC 2,850円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		長縄多福子プロと投げよう！7-10カップ	15:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
17	火	秋吉夕紀プロと投げよう！スキルアップトーナメント！	20:30	3	通常 2,550円 SLC 2,400円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		小須田礼子プロと投げよう！パンチアウト	16:00	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
18	水	8トライトーナメント-MOTOYAWATA-4	10:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	マイボウラー	○	公認				
		貞松保行プロと投げよう！パンチアウト	16:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
19	木	8トライトーナメント-MOTOYAWATA-5	10:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	マイボウラー	○	公認				
20	金	日替りパンチアウトトーナメント	9:00	4	通常 2,650円 SLC 2,450円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		秋吉夕紀プロチャレンジ	20:00	4	通常 3,050円 SLC 2,850円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
21	土	日替りパンチアウトトーナメント	9:00	4	通常 2,650円 SLC 2,450円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		7-10カップトーナメント	12:00	4	通常 2,650円 SLC 2,450円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
22	日	佐々木プロレッスン&投げようトーナメント！	15:00	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		キリンおはようトーナメント	9:00	4	通常 2,550円 SLC 2,350円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
23	月	7-10カップトーナメント	12:00	4	通常 2,650円 SLC 2,450円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		正田晃也プロチャレンジ	19:00	4	通常 3,050円 SLC 2,850円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
24	火	長縄多福子プロと投げよう！パンチアウト	15:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		秋吉夕紀プロと投げよう！スキルアップトーナメント！	20:30	3	通常 2,550円 SLC 2,400円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
25	水	ミニミニルークストーナメント（Aベ170以下限定）	10:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	AVE170以下	○	公認				
		8トライトーナメント-MOTOYAWATA-6	10:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	マイボウラー	○	公認				
26	木	貞松保行プロと投げよう！7-10カップ	16:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		8トライトーナメント-MOTOYAWATA-7	10:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	マイボウラー	○	公認				
27	金	KO賞山分け！貞松プロと秋吉プロチャレンジ	16:00	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		8トライトーナメント-MOTOYAWATA-8	10:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	マイボウラー	○	公認				
28	土	日替りパンチアウトトーナメント	9:00	4	通常 2,650円 SLC 2,450円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		榎橋孝太プロチャレンジ	12:00	4	通常 3,050円 SLC 2,850円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
29	日	佐々木プロレッスン&投げようトーナメント！	15:00	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		キリンカップトーナメント	9:00	6	通常 3,650円 SLC 3,350円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
30	月	ゆうゆうトーナメント	13:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		長縄多福子プロと投げよう！ホップステップ	15:30	3	通常 2,400円 SLC 2,250円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				
		秋吉夕紀プロと投げよう！スキルアップトーナメント！	20:30	3	通常 2,550円 SLC 2,400円	優勝～5位 賞	自由	○	公認				

スタッフ卒業トーナメント

皆さま、春が近づいてきましたね…

春は、“出会い”の季節でもあり

また“別れ”の季節でもあります！！ということで…

3月8日(日)19:00～

まほちゃん・はすみちゃん

さよなら大会(;∇;)

個人戦4G・通常褒賞あり

参加費：2550円(友の会)2750円(一般)

まほちゃんとはすみちゃんのラストトーナメント！

ぜひ皆さまのご参加お待ちしております！

8 EIGHT-TRY-TOURNAMENT トライトーナメント Season:8

開催スケジュール

3/4(水)・3/5(木)・3/12(木)・3/18(水)

3/19(木)・3/25(水)・3/26(木)・3/27(金)

開始時間 10:30～

競技内容 個人戦3ゲーム

参加費 2250円(友の会)

ハンデ オフィシャルハンデ使用

表彰 8トライ専用表彰形式を採用

詳しくは場内ポスターをご覧ください！

秋吉夕紀プロ スキルアップTM

3月2・9・16・23・30日(月)

開始時間：20時30分

参加費：2400円(友の会)

競技方法：個人戦3ゲーム

表彰：通常表彰

トーナメント後はゆうきプロと
30分練習しよう♪

3月度プロショップおすすめ情報！

皆さんはボウリングをしている時に
周りで手に何か装着して投げている
人を見たことはありませんか？？？

そしてその人が良い点数を
出しているのをご存知でしょうか？！

これはリスタイ(正式にはリストタイ)と
言いまして、投球する際の手首の補助

親指の抜け具合を安定させる・

中指&薬指の掛かりを強くするなどの効果が得られます。

各種リスタイが特別割引?!

今がチャンスだ!

この機会にぜひ使ってみよう!!