

「TBA 軟式野球クラブ」・「TBA 週末クラブ」 （中等部／学童部）＞

* T B A : T o h o k u B a s e b a l l A c a d e m y （東北ベースボールアカデミー）の略称＊

「少年軟式野球の新たな空間、週末活動の場」

「長期ビジョンに基づいた「育成プログラム」実現の為、「中等部」「学童部」を編成する」
「各年代の野球の選択肢を増やす！ ／ 1つのチームに縛られず己の活動拠点を増やす！」

＜クラブチーム概要＞

（基本理念）

「個」の成長を育むことを第一と考え、目先の結果に捉われず、他との比較ではなく己との比較で日々成長することに導く「長期ビジョン：目標設定」を基に取り組む

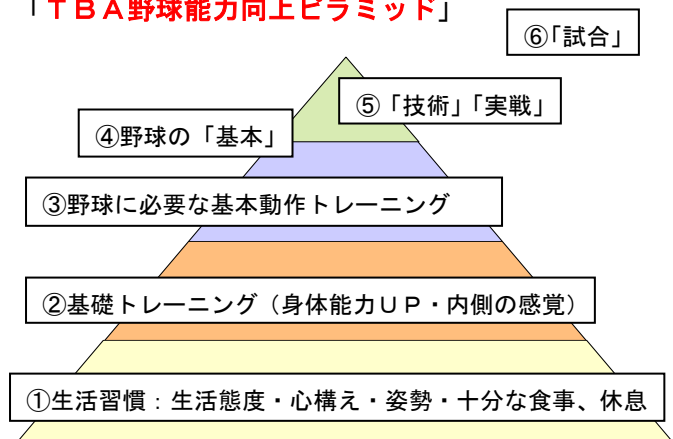
（活動方針）

- ・「自分の為にやる！」その結果として「チームの為」「周囲の為」に繋がることを理解する
- ・目の前の失敗を「成長のスタート」と捉え、失敗を恐れない「積極姿勢」と「検証習慣」を身につける
- ・「検証習慣」は、己を客観的に見る様になり、「全体・周囲」に対する目配りを育み、相手の立場になって行動することを身につける
- ・成功を左右するのは「才能」ではなく「心構え」である事を理解し、日々行動する

（指導指針）

- ・「TBA 野球能力向上ピラミッド：下記参照」を基に「真の基礎作り」に取り組み、次のステージで対応できる「脳力、身体能力」を育む（基礎トレ／野球に必要な基本動作トレ／潜在能力を引き出すトレ等）
- ・自己管理（セルフコントロール）力を育む
- ・「日常」の取り組む姿勢を重要視、習慣化（ルーティン）

「TBA 野球能力向上ピラミッド」



（主な練習ポイント）

- ・時間を意識した各種トレーニング（短時間練習）
- ・「野球技」を効率よく習得するTBA「橋渡し法」
- ・全ポジションをトライする
- ・「実戦形式」による「感覚」「判断力」を育むトレ
- ・常に「上」のレベルに触れる意識を育むトレ
- ・「TBA 野球ノート」を活用した「目標設定」トレ

（主なプログラム）

- ①メンタルトレーニング（左図①②）
 - ・テーマ：全ての土台、脳力向上
 - ・心構え（在り方）、目標設定、脳の活性化、感覚力
 - ②コンディショニングトレーニング（左図①②）
 - ・テーマ：体の土台、体調管理
 - ・立ち方、体幹、関節可動域、呼吸法、食事、休息
 - ③フィジカルトレーニング（左図②③）
 - ・テーマ：動作の土台、体力強化
 - ・筋力UP、神経系・瞬発力UP、パワーUPを野球動作へ
 - ④野球動作トレーニング（左図③④⑤：レジースミス理論）
 - ・テーマ：野球動作の土台、野球力UP
 - ・野球技の橋渡し動作、野球技のスキルUP
 - ⑤実戦トレーニング（左図⑤⑥）
 - ・テーマ：野球の面白さ、流れを読む、自己判断力
- * 野球の世代間交流の実践（練習、試合共）
20～30代の現役プレーヤーと切磋琢磨できる空間

成長する為、成功する為に必要な事



「思考を変える」

「TBA 軟式野球クラブ」・「TBA 週末クラブ」 中等部 概要

(カテゴリー／活動内容)

「中学軟式野球」の「活動の場」を増やす事を目的に、「クラブチーム」と「週末クラブ」を運営します。己の体力、目的に合わせて「好きな野球」が出来る空間で、「育成プログラム」を実現するために「クラブチーム」又は「週末クラブ」の何れかを選択して登録する

①クラブチーム (中学1年～3年生)

- ・現状は「中学校軟式野球部」との併用も可能ですが、「クラブチーム」として「中総体」出場を目指す為出場可能なタイミングで、併用は不可となります。
- ・チーム活動：土・日・祝日の月7日～8日（午前又は午後の半日3～4時間程度）を基本
：将来的には、平日夜間練習も検討中（別途、TBA野球塾の受講も可能）
- ・練習会場：長命ヶ丘公園野球場、他周辺グラウンド（周辺学校グラウンド検討中）／大会時は別途会場
- ・主な出場大会、リーグ戦等（大会参加時は、1日活動の場合もあり）
 - ①CBS 中学軟式野球トップリーグ戦（メジャー：3月～7月 /ルーキー：9月～12月）
 - ②SENDAI-CUP 東北交流大会（8月夏休み期間）
 - ③CBS 中学軟式野球「夏季 地区大会、全国大会」／「秋季 新人地区大会、東北大会、東日本大会」
 - ④2026年度以降：スポーツ少年団 各大会／全日本軟式野球連盟 各大会／中総体等 出場予定
- * 海外遠征（東北地区選抜チームを編成し、国際大会に参戦）準備中
- ・クラブ費：月3,500円（税込）（「TBA野球塾」受講は別途1回2,500円（税込））／遠征費は別途
- ・チームユニフォーム（上）、帽子（購入金額9,800円（税込）予定）
- ・将来的に「1年生」「1・2年生」「3年生」の3クラスに分けた活動を目指す
- ・中学3年生は、10月～翌3月は「高校野球の準備：硬式野球のトレーニング」を実施

②週末クラブ (中学1年～3年生)

- ・中学校軟式野球部等、チームの所属の有無は関係なく、参加できる時に参加する事が基本です。
- ・中学より野球を始める方は、「週末クラブ」の入会となります。
- ・希望により、「週末クラブ」から「クラブチーム」の移行が可能です（その際、申込書の再提出）
- ・活動日：土・日・祝日の月7回程度（午前又は午後の半日）／上記クラブチームとの合同練習が基本
- ・活動詳細は、上記クラブチームを参照の事
- ・大会、リーグ戦等は、クラブ生と合同で出場しますが、チーム編成は目的に応じて対応します
- ・参加費：1日1,000円（税込）／大会参加時、遠征費は別途ご案内
- ・大会時、チームユニフォーム（上）、帽子は貸与します

(入会について)

- 「入会関係書類一式」に同封されている「申込書」「誓約書」に必要事項をご記入の上ご提出下さい。
- 提出の際に「クラブチーム」又は「週末クラブ」の何れかを選択すること
 - * 途中で「クラブチーム」又は「週末クラブ」の変更は可能です（その際、申込書の再提出）
- 「クラブチーム」クラブ費、「週末クラブ」参加費は「上記①②」を参照の事
 - * 月クラブ費・月参加費は、月末締め、翌月5日までに所定の振替用紙で振り込みをお願いします
- 入会と同時に「スポーツ安全保険」に加入します（入会金・年会費に含まれています）* 詳細別紙



(お問合わせ) TBA (東北ベースボールアカデミー) 軟式野球クラブ 事務局
〒981-8003 仙台市泉区南光台 4-23-32 (仙台市民球団企業組合内)
TEL 022-274-5089 / FAX 022-274-5090
e-mail tba@cbs-bbs.or.jp / <https://www.cbs-bbs.com>

「TBA 宮城選抜（6 年生）」概要

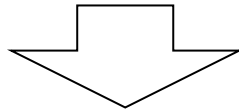
（ 目 的 ）

- ・ CBS 少年軟式野球「6 年生選抜大会」出場に伴う「6 年生選抜チーム」を結成します。
- ・ 宮城県内より「TBA 宮城選抜」希望者を集い、「練習会」により「チーム編成：EAST・WEST」を決めます。
対象：活動趣旨に賛同する宮城県内の小学 6 年生の野球好きな子／チームの所属の有無は関係無し
- ・ 「中学野球の準備」をテーマに「個々のスキルアップトレーニング」「メンバー同士で切磋琢磨する空間」は、選手の「意識改革」を起こし、「自己責任力」「自立心」を育みます。
- ・ 大会を通じて「上」の空間に身を置く事で、「様々な刺激」を体感し、「己の現在地」を理解し、成長するために必要な「課題」と「次のステージ」に進む行動を促します（サポートします）。
- ・ 様々な「交流体験」は、「周辺視野」を養い、「人間力」を育みます。

（2025 年度 活動内容）

- ・ 活動期間：8 月～12 月（月 1 回のチーム練習と下記大会に参戦します：土、日、祝日 開催）
- ・ 7 月 19 日～21 日の期間：「練習会（チーム編成：EAST・WEST）」：開催 ／海岸公園
- ・ 8 月 11 日～13 日：SENDAI-CUP 少年軟式野球「学童部 東北交流大会」／シェルコムせんだい、海岸公園
- ・ 8 月 30 日、31 日：CBS 少年軟式野球「6 年生選抜 宮城大会：6 チーム予定」／海岸公園
- ・ 9 月 13 日、14 日：CBS 少年軟式野球「学童部 東日本大会：16 チーム予定」／福島県三春町運動公園
- ・ 10 月準備中 ：CBS 少年軟式野球「6 年生選抜 岩手大会：12 チーム予定」／岩手県北上市、一関市
- ・ 11 月 1 日～3 日：CBS 少年軟式野球「6 年生選抜 宮城大会：8 チーム予定」／岩沼海浜緑地多目的
- ・ 11 月 8 日、9 日：CBS 少年軟式野球「6 年生選抜 東北大会：16 チーム予定」／岩手県北上市
- ・ 11 月 29 日、30 日：東松島市長杯「CBS 6 年生東北大会／東松島市：28 チーム予定」
- ・ （希望者のみ）12 月 24 日～30 日：冬季台湾遠征（台北市 福爾摩沙盃全國青少年棒球對抗賽）

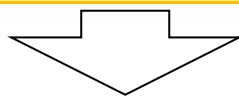
希望者は下記「TBA 軟式野球クラブ中等部」
に入会できます！！



「TBA 軟式野球クラブ」中等部

- ・ チーム活動：土・日・祝日の月 7 日～8 日（午前又は午後の半日 3～4 時間程度）を基本
- ・ 練習会場：長命ヶ丘公園野球場、他周辺グラウンド（周辺学校グラウンド検討中）／大会時は別途会場
- ・ 主な出場大会、リーグ戦等（大会参加時は、1 日活動の場合もあり）
 - ① CBS 中学軟式野球トップリーグ戦（メジャー：3 月～7 月 ／ルーキー：9 月～12 月）
 - ② SENDAI-CUP 東北交流大会（8 月夏休み期間）
 - ③ CBS 中学軟式野球「夏季 地区大会、全国大会」／「秋季 新人地区大会、東北大会、東日本大会」
 - ④ 2026 年度以降：スポーツ少年団 各大会／全日本軟式野球連盟 各大会／中総体等 出場予定
- ・ * 海外遠征（東北地区選抜チームを編成し、国際大会に参戦）準備中
- ・ クラブ費：月 3,500 円（税込）（「TBA 野球塾」受講は別途 1 回 2,500 円（税込））／遠征費は別途
- ・ チームユニフォーム（上）、帽子（購入金額 9,800 円（税込）予定）

現在活動概要 準備中！



「TBA 硬式野球クラブ（メジャー）／TBA 硬式野球 高等部（ルーキー）」

（活動イメージ）

- ・ 国内活動：JABA クラブ選手権／国内独立リーグ交流戦 等
- ・ 海外活動：欧・米独立リーグ選手派遣 ／MLB 傘下 3A～1A「トライアウト」サポート⇒MLB 契約を目指す
：台湾プロ野球「トライアウト」サポート

「TBA 軟式野球クラブ」・「TBA 週末クラブ」組織図

代 表 鈴木 悟（仙台市民球団 理事長）
事務局 鈴木 健太郎（仙台市民球団 事務局）

T B A野球塾

（講師陣）

- ・ 鈴木 悟：T B A野球塾 代表
（パーソナルトレーナー）
- ・ 鈴木 大雅：S T O R Y 代表
（パーソナルトレーニングジム経営）
- ・ TBA コーチアカデミー認定トレーナー
（T B A講師陣：保有資格）
- ・ NESTA PFT（全米エクササイズ&スポーツ
トレーナー協会）パーソナルトレーナー
／キッズコーディネーショントレーナー
／ファンクショナルアナトミースペシャリスト
- ・ シナプソロジーインストラクター
- ・ 柔道整復師国家資格 他

（T B A アドバイザー）

- ・ レジースミススペースボールセンター・ジャパン
（代表 滝口 博之）

T B Aクラブ（準備中）

- ・ 高等部（硬式野球クラブ／高1～3）
- ・ 硬式野球クラブ（16歳～24歳）
- ・ 「欧・米独立リーグ」選手派遣
- ・ MLB傘下3A～1A「トライアウト」サポート
- ・ 台湾プロ野球「トライアウト」サポート

「TBA 軟式野球クラブ」「TBA 週末クラブ」 中等部／学童部

（クラブディレクター） 只野 誠也（仙台市民球団 事務局）
（コーチングスタッフ） T B Aコーチアカデミー認定トレーナー
菅原 恭兵（T B A野球塾 O B）他

（一般）

TBA 軟式野球
クラブ

学童部

中等部

（6年生選抜）

- 「CBS 6年生選抜大会」出場に伴う
「TBA 宮城選抜（6年生）」を編成
- ・ 7月：練習会／チーム編成等
 - ・ 活動期間：8月～12月
 - ・ 月2回程度（大会含む）：土日祝
 - ・ 月会費：2,500円
 - ・ ユニフォーム、帽子 購入
 - ・ 主な活動内容
SENDAI-CUP 学童東北交流大会
CBS 学童部 東日本大会
CBS6年生選抜大会「東北大会」
冬季台湾遠征 等

（週末クラブ）

- 週末参加できる時に参加する
- ・ 参加費：1日1,000円
 - ・ 大会参加費：別途ご案内
 - ・ ユニフォーム貸与
（対象者：チーム所属は問わず）
 - ・ 中学から野球を始める子
 - ・ 「週末」野球をやりたい
中学生、小学生

キッズクラブ

- （小学3年生以下）
- ・ 学童保育／幼稚園
／保育園等 連携

（クラブ生）

チーム活動

- ・ クラブ費：月3,500円
- ・ 月7日～8日活動
- ・ ユニフォーム購入
- ・ 各種大会、リーグ戦
「全国大会」目指す
- ・ 海外遠征（選抜選手）
- ・ 高校野球の準備期間

希望により

クラブ生に移行可能