

慎重になりすぎない！

先月はレッスンのお話をしましたが、実際にレッスンを足を運ばれた方いますか？恥ずかしいと思わずまずはトライをしてみましょう。最初はなかなかうまくいかないことが多いと思います。でも何事も継続することが大事です。くじけることも多々あると思いますが、強い信念を持ち続けて取り組むことが上達への近道になるかと思えます。

今日は、レッスンをなどを見ていてひとつ気になることがあったのでそのあたりについて触れたいと思います。

それは一投目のストライクを狙いに行くときと二投目のスベアを狙いに行く時で投げ方が明らかに違うという方が多いと感じることであります。気になった何人かの方にちょっとお聞きすると共通してこのようなお答えを聞きます

「スベアの時は残りが少なくなるから慎重になっちゃうんです・・・」

確かに二投目は残りピンが少なくなるのでコントロールミスをしてしまうとスベアできないこととなります。そのためかもしれませんが、二投目の投げ方が明らかに丁寧になりすぎていたり置きに行つてしまつたり、極端にスピードを落としたりというところをよく見かけます。

でも自分がいつもレッスンで教えていることのひとつとして一投目も二投目も同じように投げてもらうようにしています。

理由はいくつもありますが、普段と違うこと（投げ方）をして失敗すると悔いが残ると考え

ていること、同じミスをするにしても慎重になりすぎ、丁寧に投げすぎてミスをするところもより大きくなります。レッスンは丁寧な投げましようと思えることもありますが、そこは普段から丁寧にという意味ですので取り違えないようご注意ください。

そして同じ投げ方でミスをしたほうが、次の打球につながるかと考えています。なぜなら、失敗には大きなヒントがあるからです。丁寧に投げると本来のスピードや曲がりとは異なるボールとなりやすくなります。そうすると予期しないボールの動きになり、逆にコントロールしにくくなります。でも同じ打球をしていけば、曲がりすぎてしまった場合などは、ボールの選択が悪いか判断がわかりやすくなります。しかし、投げ方を変えてしまうとこういった情報を得にくくなると自分は考えています。しかし、同じ投げ方をして失敗した場合、こうなったんだからこうしたらいいんじゃないかなという次につながるヒントになります。

それともうひとつ、二投目のあとには必ず一投目が来ます。

ということは一投目と二投目で投げ方を変えていると、どちらの投げ方も安定しなくなってくる場合があります。もちろん上級者になるとわざと変えるという方もいますが、まず安定して投げられるようになるには一投目だろうと二投目だろうと残りピンがどんなものであるとうと同じように投げることをまずは目標にしてみてください。

〈ドリラーのひとりごと 第33話〉

スプリット

スプリットの定義は皆様ご存知ですか？スコアの数字に○がついたりしますが、正式な定義についてちょっとご紹介してみたいと思います。（内容は日本ボウリングルール（NBRルール）から一部抜粋してご紹介します）

まず、第一条件は一番ピン（ヘッドピン）が倒れていることです。ですので、どんなにピンとピンの間隔があいていてもスプリットとは言いません。

第二条件は残っている二本以上のピンとピンの間隔が次のような状態のものをいいます。

A. 残っているピンとピンの間隔が一本以上あいて残っている場合

（例）⑦・⑨ ③・⑩ など

B. 残っているピンのすぐ前のピンが一本倒れている場合

（例）⑤・⑥ ⑨・⑩ など

スプリットであろうとなかろうと、一投目でストライクが出ないのがつかりしますよね？でもストライクが出なくてもよりたくさんピンを倒すこと、複数残ってもスプリットを出さないことが大事です。

スプリットは大なり小なりありますが、やはりスベア確率が下がります。

〈筆者〉



佐取賢プロ(44期)
JPBA/PBAプロレジャー
JPBA B級インストラクター
JBC公認ドリラー