



UFOボール

飛球

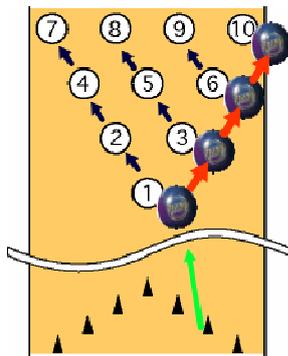
UFOボールとは、ボールを反時計回りにコマのように回転させる投法で、台湾が発祥の地です。

台湾では『飛球』と呼ばれていますが、ピンに向かうボールの様子がUFOみたいなので、一般的には『UFOボール』の呼び名が定着しました

最近 どうしても UFOボールを投げたいという、お客様が数名いまして、今回このページが出来てしまいました

UFOボールの特徴

1. 軽いボール（10～12ポンド）を使用します
2. 反時計回りに回転してピンに当たるため、ヘッドピンに薄めに当てるのがキーポイント
3. そのボールは⑩ピン方向に向かい、テンピンに直接当たることもある。



UFOボールのピンアクションは大きく分けて4パターンあります
キックバックに頼らない、理想のストライクパターン図です
薄めに当てるのがコツ！

安定感ある倒れ方は、5番ピンが8番ピンを倒すコースを覚えることです！

一番ストライクが出やすい薄めのパターンを習得しましょう（上記図参照） (^ ^)v

投げたボールが、まさにUFOのように、横にクルクルと回りながらピンに向かって行って、ピンをなぎ倒していく

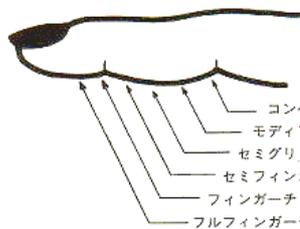


UFOじゃないよ (^◇^)

肩から先の動き以外は、ストレートボールをコントロールよく投げる動きと良く似ている

持ち方

親指を、根元まで深く入れます。中指、薬指は第2関節までは入れてませんが、近くまで入れます。人差し指がベタッとボールにくっつくこと



コンベンショナルグリップ
モディファイトコンベンショナルグリップ
セミグリップ
セミフィンガーチップ
フィンガーチップ
フルフィンガーチップ

セミグリップが理想の持ち方になります。

構え方と助走

「UFOボールを投げるためにはこうしたほうが良い。」というような構え方と助走は無かったのが現実です

自分が投げやすい構え(通常のアドレスでOKです)

バックスウィング

バックスウィングでは、重要なポイントがいくつかあります。

1 腕に余り力を入れない。

リラックスすることが必要です。

2 肘は伸ばす。

バックスウィングの時は肘は伸ばしておきます。肘を曲げたままだと、1のリラックスが難しくなることが理由のひとつかも知れません。

3 まっすぐ後方に腕を引く。

回転を欲しがると腕を背中側に巻き込んでしまうことがあります。コントロールがつけにくくなります。

「フォームがある程度固まっても、やっと思いがちなので要注意」

4 右肩は後ろに引かない（オープンバックにしない）。

ただでさえコントロールするのが難しいUFOボール。投げる腕の支点となる肩は、出来るだけ固定します

5 バックスウィングの頂点の時の親指の向き

一般的に、この時の親指の向きは、（そのまま手を下ろしたとしたら、）12時の方向を向いているのが基本とされています。

が3時ぐらいの方向を向いていてもOK。要はタイミングよくリリースできれば良いのです。

リリース

リリースのポイントを説明します。

1 バックスウィングの頂点から、手の回転を始める。

リリースの瞬間にだけ回転をかけようとする、腕や手首、指に負担がかかるばかりか、安定性にも欠けます。バックスウィングの頂点から手を下ろし始めたところで軽く手の回転を始めて、ボールに回転の勢いをつけておくのです。

2 リリースの直前まで腕はリラックスしておく。

「濡れたタオルをバシッと何かに叩きつける」ようにリリースをする。

3 ボールを離す瞬間、親指で押す。

親指で通したいスパットめがけて押し出します。この感覚がつかめてくると、かなりUFOボールらしくなります。

4 重心は低くする。

投げる瞬間の身体の重心は低いほうが効果が出ます。

5 左足のつま先、左ひざ、あごの3点は直線になるようにする。

投げる瞬間には、左足のつま先、左ひざ、あごの3点が直線で結ばれるような姿勢であることが重要です。

6 両肩を結んだ線と腕は90度になるようにする。

「両肩をなるべく平行にしなければいけない

テクニック

腕を振り始めたときに「肘を先に前に出す」というか、「肘を中に入れる」というような動きを行います。

肘が先に回り始めると、意識なくても手は必然的に回転を始めます。その回転を始めた手の動きをそのまま生かして、最後に「ピュッ」と親指で押し出すのです

UFOボールに適したボール&ドリル

重さは10~12ポンドが適していて、11ポンド台半ば~12ポンドちょうどぐらいまでが一番破壊力がある。

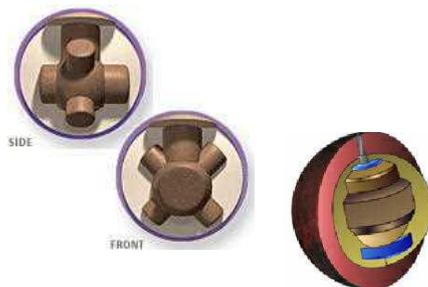
軸（コア）は左右対称のものがいい。

メーカーで言うと、エボナイト社、コロムビア社、AMF社のものはUFO向きで、ボール名まで余りこだわらなくてもよい。

軸の上下が重くなっている（ひょうたん型等）ものがよい。

重いほうを下にしてドリルをする（通常と逆）。そのため、トップウェイトが軽いものを選ばなければいけない（バランス違反のボールになる）。

おすすめボールコア形状



U F Oボールに適したボール&ドリル

U F Oボールの標準的なメジャー理論回転軸の中心（P A P）をP I Nに合わせるというのが一般的

- ・Mフィンガーはリバース1/4~3/8 ・Rフィンガーはリバース1/4~7/16
- ・Mフィンガーはラテラルピッチ 0~1/8
- ・サムのラテラルピッチ 0~ライト1/8 ・サムリバース3/16~5/16
- ・スパン=通常スパンマイナス 5/8~3/4

低慣性であること

低慣性ボールというのは回転し易いボールで、それは一般的にボールの中心が重い（センターヘビー）ボールが良いということになります。

このことは、パンケーキ型のボールは良くないという結論に結びつきます。

曇り系であること

曇り系が良いというのは、それだけレーンを噛み易いということです。

U F Oボールは、レーン上を滑っていくボールなので、逆にボールにレーンを噛ませて、軸を早めに起こし、また同時に回転数を上げてやるという考え方

日本人に見られる両端が残るスプリット”を防ぐために、回転が斜めのままピンに当たってしまうことを防ぐドリルがお奨め！！

フレアを最大に起こさせて、なるべく、ボールのオイルのついていない面がレーンに当たるようにし、ボールが滑らないようなアングルにするという考えです。

そのための最適な**コア・アクシスアングルは45度**コアが一番不安定に回転する角度

手首の使い方ですが、なるべく手首を前後左右、どこにも大きく曲げないように使います。手首を伸ばしたまま投げるイメージです。

1 回転数やボールスピードを上げてキレで勝負したい時など

① グリップ

ポイントは、親指はガッチリ根元まで入れて、人差し指は中指と離して広げ気味にすること

② バックスウィング

手首が甲側に折れないよう注意します。頂点時の親指の位置は12時ぐらいです。

③ フォワードスウィング

なるべく目標に向かって真っ直ぐ振るよう意識します。

④ リリース（重要）

リリース直後の手の平が外側を向くよう意識することを重要視します。

回転数を上げる役目も果たしていると思いますが、コントロールを良くすることに大きく役立っているように思います。

親指の押しは適度に意識してください。

飛球

