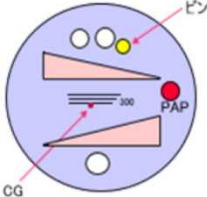
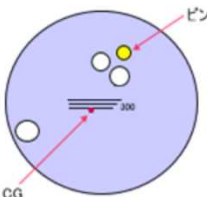


ボールのレイアウト教室！

〔穴をあける位置にもいろいろあります〕

ドリルする場所によりボウルの曲がりを意図するようにコントロールできます。

	<p>CGの位置：アクシスポイントに近づけるほど（サイドウエイト大）早くキャッチします。</p> <p>P I Nの位置：アクシスポイントに近づけるほど、動きがおとなしくなります。</p> <p>注意</p> <p>バランス規定範囲に収めるためにバランスホールが必要になることがあります。</p> <p>その位置、大きさ、深さによって動きが若干変わります。</p> <p>CGとP I Nの位置関係によってはトラックが指穴にかかることがあります</p>
	<p>ラベルバランス (基本)</p> <p>スキッド-中 フック-中</p> <p>(どのようなレーンでもOKです)</p>
	<p>ラベル (ピン12時方向)</p> <p>スキッド-大 フック-小</p> <p>手前が走り、奥で切れます。外が切れているレーンに最適。</p> <p>(俗に言う 走り系が好きな方は、このレイアウトが適しています)</p>
	<p>レベージバランス</p> <p>スキッド-中 フック-大</p> <p>奥で大きく切れます。私がよくする？ドリルパターンです！</p> <p>曲がりすぎる方 及び遅いレーンには不向き？！</p>
	<p>アクシスバランス</p> <p>スキッド-小 フック-中</p> <p>常にかんでるボールになります。ゆるやかなカーブを描きます。</p>
	<p>ピンアップレベージ</p> <p>スキッド-大 フック-大</p> <p>アクシスポイントから3・3／8インチのところへピンを配置</p> <p>ピンとCGが縦になるようあけます。</p> <p>気合を入れて、曲がります (笑)</p>
	<p>ピンアップラベル</p> <p>スキッド-大 フック-中</p> <p>手前が走り、奥で切れます。遅めのレーンに最適です。</p> <p>週末だけ、アストロボウルで投げる方は、このレイアウトにしておきましょう (謎)</p>
	<p>11時方向ラベル (左きき使用) ?</p> <p>スキッド-大 フック-小</p> <p>かなり走りますが奥で少し切れます。</p> <p>11時方向ラベルについてはピンを左側にとりすぎると、トラックがサム側によって来ます。</p> <p>ホールにローリングトラックがかかるでしょう！ (要注意)</p> <p>なるべく縦の位置で中指より出過ぎないようにします。</p>

	<p>ピン位置はアクセル！ CG位置はブレーキ！</p> <p>右図をみて下さい。ピンの位置をPAP（アキスポイント、回転軸）から離すほどアクセルを踏む、つまり前進力を高めるといことです。</p> <p>逆に近づければ前進力をゆるめるのです！</p> <p>次にCGの位置をPAPから離せば、ブレーキをゆるめ、逆に近づければブレーキを掛け、前進力を妨げます。</p> <p>ただ制限があります。ピン位置はトラックにあまり近づけないほうが良いでないと、トラックを指穴に呼び込みやすいからです。</p> <p>CG位置もPAPに近づく場合はそのボールのトップウエイトが$3 \cdot 1/2$以上ある場合、バランスホール開けても規定内に納められないことがあるので要注意です。</p>
	<p>上記でも述べましたが、ラベルバランス</p> <p>アクセルを踏んでいないので惰性で走り（オイル次第）、動きも基本形です。</p> <p>メーカーが意図する曲がりをするので、無難ですが・・・？！</p>
	<p>PBA使用（笑）</p> <p>ピンをトラックに近くCGを回転軸に近くすれば、アクセル全開、ブレーキ踏みっぱなしというホイールスピン状態に・・・</p> <p>オイル切れてから一気に方向転換します。（挑戦的レイアウト）</p> <p>CGの位置がもう少し、右にずれば、あなたも今日からロバート・スミス（PBA）♪</p>

ワンポイントアドバイス！

投げ方も重要な要素になります。

簡単なフックボールの投げ方を教えてあげましょう！（笑）

日本ではサム（親指）の方向をフックなら10時 カーブなら9時方向に向けて抜くのが基本とされています。

しかし、スイングを考えた場合、これでは受け取る側がアウトイン（外側から内側へ）のスイングになってしまいます

日本のボウラーのほとんどの方が習得してきた基本の考え方ですね？！

★では、外国人選手はどうでしょう？★

●フックボールを投げるには、スイング軌道の中で、フィンガー（中指・薬指）を6時の方向から4時の方向へ抜く

●もっと曲げたいときには、スイング軌道の中でフィンガーを7時の方向から4時の方向へ抜くやり方です。

PBA選手の投げ方を見ていれば、きっとこのように投げているはずです。

このように、フィンガーで考えた場合、スイングは当然スクエア（平行）かインサイドアウト（内側から外側）になっていき、オーバートーンやサイドアーミングも予防されます。

このような投げ方を習得したい場合の練習は、決して無理な重いボールは使わないで自分にあったボールで練習してください。

日本人のボウラーとの相違点は力強いオープンバック投法から繰り出される高回転のスピードあふれる

フックボールは今の日本のボーリング界ではまだ見られないのも、この投球方法の違いだと思います。