

3 フライの捕り方 (基本からさまざまなフライの捕球)

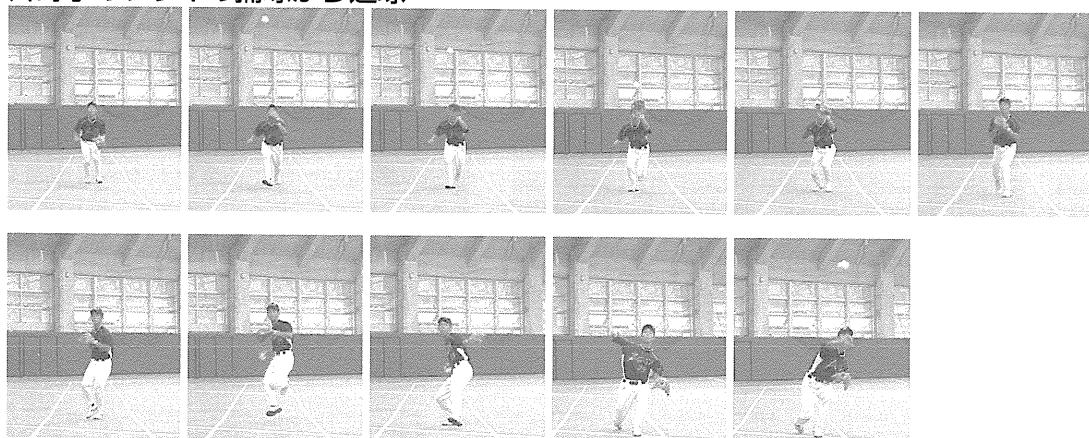
- ・走るときはグラブの方の腕も振る。
- ・他の野手に対して捕球の意思表示をする。
- ・ボールから目を離さない。
- ・フットワークを使い、落下地点に入る。
- ・回り込むときと、直線的に捕りに行くときを使い分ける。
- ・走りながら、ボールを捕球する練習をする。



・後方の左右のフライは（写真下）のように捕球する。ボールに近い方の足を踏み出し、捕球することが基本であるが、逆足となる場合もある。



外野手のフライの捕球から送球へ



- ・グラブの持った方の足を前にして捕球し、フロントステップから送球する。