

スポーツクラブ発の“新しい野球スクール”が日本初始動！ プライオボール®の正しい使い方を学べる本格スクールが ルネサンスでスタート

株式会社ルネサンス（本社：東京都墨田区、以下「当社」）は、ドライブラインベースボール・ジャパン株式会社（本社：東京都港区、以下「ドライブラインベースボール・ジャパン」）の協力のもと、プライオボール®とドリル（投げ方）を正しく・安全に学べる「プライオボール®正しい使い方スクール」を、小学4年生～中学生を対象に順次開講いたします。球速アップとケガ予防を両立させる投球メカニクスの最適化を支援していきます。



写真提供 ドライブラインベースボール・ジャパン株式会社

■プライオボール®とは

変わった投げ方で壁にぶつけていくことで、スローイングメカニクスが改善

プライオボール®とは、世界最先端の科学的野球トレーニングラボ Driveline Baseball Enterprise LLC（本社：米国ワシントン州、以下米Driveline）が、投手・野手のスローイングメカニクス改善を目的に開発した、重さの異なるカラフルなボールとドリル体系です。

材質や内部重量にこだわったプライオボール®を、定められたドリル（投げ方）に従って、壁やネットへ数球ずつ投げることで、「球速アップ」と「ケガ予防」という一見相反する目的を両立する「理想の投球メカニクス」が身についていき、これまで難しかったフォーム改善が無理なく進められます。

独創的なドリルとデータ解析に裏打ちされた納得感、そして圧倒的な実績から、MLB全30球団で日常的に活用されているほか、MVP・サイ・ヤング賞受賞選手を含むトップ選手から、大学・高校からユース世代の小学生、また日本においても多数のプロ野球選手から高い信頼を得ており、野球を愛する世界中の選手に日々活用されています。

※プライオボール®はドライブラインベースボール・ジャパンの登録商標です。



■「ボールの重さと材質」×「変わった投げ方」のメカニズムを、わかりやすく直接指導

米Drivelineが開発したプライオボール®ドリルは、全身運動である投球動作を精密な動作解析で時系列に分解し、バイオメカニクス理論に基づく「制約」を体系化したメソッドです。

「軸足を前に出す」など一見ユニークな投げ方は、体の一部をあえて固定して制約をつくり、全身の運動連鎖（つながり）を意識しやすくすることを目的としています。さらにプライオボール®の“重さ”により体幹・下半身など大きな筋肉の動員を促しやすくし、また柔らか過ぎないボールの材質により、肘など腕側への局所的な負荷に配慮しています。

全身を使う投球フォームの理解と習得を通じて、球速や肩・肘への負担、フォーム安定によるコントロールの改善などが期待できます。野手のスローイングにも適用できます。



写真提供 ドライブラインベースボール・ジャパン株式会社

■ルネサンス×ドライブラインベースボール・ジャパンが実現する「新しい野球スクールモデル」

プライオボール®の特長である「選手自身がパフォーマンス向上の感覚に気づき、身につけていく」学習モデルを、ドライブラインベースボール・ジャパンが整備します。

「選手は一人ひとり骨格が異なり、全員に当てはまる唯一の“正解”フォームはない」という前提のもと、コーチの感覚や口頭指示で画一的なフォームを作る従来型の指導を避け、プライオボール®の重さとドリルが生む“制約”を通じて、選手が自ら運動連鎖の感覚をつかみ、自分の身体に合った動作パターンを構築できるよう支援します。

この「コンストレイン（制約）主導アプローチ」と呼ばれる本モデルは、世界各地のスポーツ指導研究においても有効な学習手法として高く評価されています。

これらのドリルを、筋肉や身体運動に精通したルネサンスのスタッフが育成年代に合わせて最適化しながら指導します。「肩肘のケガを防ぐメカニクス」が一生の財産となる時期である小中学生向けから開講します。パフォーマンスだけでなく、長く野球を続けられる身体づくりまで見据えたサポートを提供します。

■「プライオボール®スクール」のポイント

- ・日本初：プライオボール®の正しいドリルを体系的に学べるスクールが、ルネサンスでスタート
- ・憧れのトップ選手と同じドリルが学べる：世界標準のトレーニングを日本で安全に実施
- ・球速アップ×ケガ予防：
一見相反する目的を、無理なく同時に目指せる“唯一無二”のドリル設計
- ・正しいドリルの習得：
米Drivelineが膨大なデータ解析と選手の実践フィードバックをもとに開発した「プライオボール®とそのドリル」の段階的な習得が可能

- ・「**コンストレイン（制約）主導アプローチ**」の採用：
骨格や動きの違いを尊重し、ボールの重さやドリルが生む「制約」を活用して試行錯誤を促し、各自に合ったフォームづくりを支援する、ドライブレインが推進するアプローチ
- ・**スポーツクラブならではの安全で快適な環境**：
冷暖房完備の室内で、筋肉・身体運動に精通したスタッフが安全性に配慮して指導
- ・**小中学生向けから開講**：
「肩肘のケガを防ぐメカニクス」が一生涯の財産となる時期に成長土台となる長期的な身体づくりを実施

■**スクール概要（予定）**

- ・名称：「プライオボール® 正しい使い方スクール」
- ・対象：小学4年生～中学生（目安）
- ・形式：少人数グループ(定員制)
- ・月会費：11,000円（税込）／週1回（月4回）
- ・導入店舗（順次拡大予定）：
ルネサンス海老名ビナガーデンズ 24：<https://www.s-re.jp/ebina-vinagardens/topics/article/?topicsId=110922>
ルネサンス・イオンモール座間 24：<https://www.s-re.jp/aeonmall-zama/topics/article/?topicsId=110920>
ルネサンス岐阜 LC ワールド 24：<https://www.s-re.jp/gifu-lcworld/topics/article/?topicsId=108948>
ルネサンス広島ボールパークタウン 24：<https://www.s-re.jp/hiroshima-ballparktown/topics/article/?topicsId=109034>
ルネサンス熊本光の森 24：<https://www.s-re.jp/kumamoto-hikarinomori/topics/article/?topicsId=110929>

※スクールの詳しい日程については各店舗へお問合せください。

▶詳細ページ <https://www.s-re.jp/topics/article/?topicsId=111227>

■**ドライブレインベースボール・ジャパン株式会社 概要**

世界最先端の科学的野球トレーニングラボ Driveline Baseball（本社 米国ワシントン州）の日本公式ブランドオペレーション、日本公式サイト運営、ツール、教育コンテンツの日本版制作、販売。

Driveline Baseball は 科学的野球トレーニングラボ、データ野球のパイオニア、プライオボール等の独自ツールを開発し、1,000 人以上のプロ選手の能力向上、多数の MVP 選手、サイ・ヤング賞投手を輩出。ドライブレインで研鑽を積んだコーチが MLB の現場で活躍し、その知見は世界中から高い信頼を集めています。

▶ホームページ：<https://drivelinebaseball.co.jp/>

■**株式会社ルネサンス 概要**

ルネサンスは、「生きがい創造企業としてお客様に健康で快適なライフスタイルを提案する」という企業理念のもと、スポーツクラブや介護リハビリ施設などで 333 施設(2025 年 12 月 31 日現在)を運営しています。また、企業や健康保険組合の健康づくり支援や全国の自治体の介護予防事業の受託、オンライン事業、ホームフィットネス事業、海外市場へ向けた取組など、長期ビジョンである「人生 100 年時代を豊かにする健康のソリューションカンパニー」を目指し、健康分野におけるサービスを多岐にわたって展開しています。

▶ホームページ：<https://www.s-renaissance.co.jp/>

以上

【本リリースについてのお問い合わせ先】

株式会社ルネサンス 経営企画部パブリックリレーションチーム：村角（むらづみ）

MAIL：ml_pr@s-renaissance.co.jp
