



WE MAKE
GOOD PITCHERS
GREAT

National Pitching Athlete Clinic

Texas Tour

This clinic is also beneficial to QB's, Coaches of all throwing sports, AD's, PT's, AT's, S & C Coaches

Corpus Christi - March 10 - 11

McAllen - March 12 - 13

Austin - March 14 - 15

Houston - March 16 - 17

Lectures On:

- ◆ **BioMechanics**
- ◆ **Functional Strength**
- ◆ **Mental Performance**
- ◆ **Nutrition**
- ◆ **Recovery**

Training In:

- ◆ **Arm Care and Recovery**
- ◆ **Health First Velocity**
- ◆ **STAT Testing (velocity capacity)**
- ◆ **BioMechanics Patterning**
- ◆ **Mound Time, Video Analysis, Strength & Conditioning**

Don't Miss this Opportunity to Train with NPA Staff!

Austin—DBat Austin

3813 Helios Way Ste 240, Pflugerville, TX

Houston—DBat West Houston

4310 Brittmoore Rd, Houston, TX

McAllen—Bio-Dynamic Athletics

323 E Owassa Rd, Edinburg, TX

- S** screening for weak links
- T** testing for point in time capacity
- A** assessing for efficiency of movement, strength & flexibility
- T** training for efficient movement, muscle balance & velocity

How fast could I throw? We test you and show you your potential.

Not sure if your mechanics are correct? We fix poor mechanics.

What drills do I use to get better? We will show and teach you.

Arm get sore or have pain?

We show you how to prevent this.

What is the best way to warm up?

We teach you a proper warm up.

Want to throw harder?

We show you how (safely).



National Pitching Texas

Register at www.dugoutcoaching.com/store



Call/Text Andy (713) 302-7565



NATIONAL PITCHING

WE MAKE
GOOD PITCHERS
GREAT

National Pitching Clínica de Pitcheo

Gira por Texas

*Esta clínica también es beneficiosa para QB's,
Coaches deportes de lanzamiento , AD's, PT's,
AT's, S & C Coaches*

Corpus Christi - Marzo 10 - 11

McAllen - Marzo 12 - 13

Austin - Marzo 14 - 15

Houston - Marzo 16 - 17

Lecciones de:

- ♦ **BioMecánicas**
- ♦ **Fuerza Funcional**
- ♦ **Desempeño Mental**
- ♦ **Nutrición**
- ♦ **Recuperación**

Entrenando en:

- ♦ **Cuidado del brazo y recuperación**
- ♦ **Velocidad sin lesiones**
- ♦ **STAT prueba (capacidad de velocidad)**
- ♦ **Modelo de BioMecánicas**
- ♦ **Tiempo en el montículo, análisis de video, fuerza y acondicionamiento**

¡No pierdas esta oportunidad de capacitarte con Coaches Oficiales de la NPA!

Austin—DBat Austin

3813 Helios Way Ste 240, Pflugerville, TX

Houston—DBat West Houston

4310 Brittmoore Rd, Houston, TX

McAllen—Bio-Dynamic Athletics

323 E Owassa Rd, Edinburg, TX

S screening (detección de puntos débiles)

T testing (prueba de capacidad en momento determinado)

A assessing (evaluación de la eficiencia del movimiento, la fuerza y la flexibilidad)

T training (entrenamiento para movimiento eficiente, equilibrio muscular y velocidad)

¿Qué tan rápido podría lanzar? *Probamos tu potencial.*

¿No estás seguro de si tus mecánicas son correctas? *Arreglamos malas mecánicas*

¿Qué ejercicios uso para mejorar? *Mostraremos y te enseñaremos.*

¿Le duele el brazo? *Te mostramos cómo prevenir esto.*

¿Cuál es la mejor manera de calentar? *Te enseñamos un calentamiento adecuado*

¿Quieres lanzar más fuerte? *Te mostramos cómo (de forma segura).*



National Pitching Texas

Register at www.dugoutcoaching.com/store



Call/Text Andy (713) 302-7565