

《 静岡県テニス協会ジュニア強化 兵庫遠征 報告書 》

期 日 : 2016 (平成28) 年6月24日(金)~26日 (日)
会 場 : 兵庫県三木市:ブルボンビーンズドーム
対 象 : 12歳以下男女
選 手 : 石埜 光輝 (佐鳴台LTC) 藤原 瑞希 (プレスガーデン)
 櫻田しずか (アクトSC) 小池 芽衣 (アイTC)
引 率 : 伊東 敬洋 (竜南TC・静岡県テニス協会ジュニア委員長)
 関口 知子 (丹那TC・静岡県テニス協会ジュニア強化担当)
講 師 : JTA公認S級エリートコーチ、JTA強化本部テクニカルサポート委員、各県トレセン代表者
内 容 : 日本テニス協会強化スタッフによる兵庫・愛媛・大阪の12歳以下選抜選手との合同練習会
 24日(金) 移動、前泊
 25日(土) 9時~12時 基本練習、12時~17時 マッチ練習
 26日(日) 9時~12時 基本練習、12時~14時半 マッチ練習
 終了後、帰宅

今回は西日本トレセンに参加させていただくこととなり、兵庫・大阪・愛媛の3県と合同で行いました。12歳以下というリクエストがありましたので、今回は県小学生の最上位で全国小学生大会に出場する選手と、東海中日ジュニア県予選で1位通過した選手の男女各2名を選考しました。

12歳以下はまだ体が出来上がっていません。両日とも正しい動作を身に付けるための基本練習を中心に行いました。下肢から上肢への力の伝え方や、ボールを正しく捉えるための距離感を掴むコーディネーション等、ボールを打つ以前に必要な部分のトレーニングが中心でした。

午後のマッチ練習では、他県の選手と試合をしましたが、この世代ではまだ差がなく勝ち越す選手が殆どでした。しかし今後、午前中に行ったような基本動作をきっちり身に付けていかなければ、16歳や18歳になった時に結果がついてくるだろうかと考えさせられる部分もありました。今後は体が大きくなり、コートサイズ感が狭くなっていきます。またスピードも速くなっていく中で、無駄な動作を削減していくと、最終的には低年齢で作上げる正しい基本動作が重要なのではないかと思います。

今回の遠征は、大阪・愛媛の選手と同じところに宿泊できましたので、土曜日の夜は子供たちで交流できる時間がありました。食事をしたり、ゲームをしたりと楽しそうにしていました。基本的には全国大会でしか会えない選手たちなので、このようなことも今後のモチベーションに繋がれば幸いです。



【 集合写真 】

【 トレーニング 】

【 ミーティング 】

【 練習風景 】

報告者: 静岡県テニス協会ジュニア委員長 伊東 敬洋