

## 《 2016～2017 第3回ジュニア強化練習会 報告書 》

- 期 日 : 2017 (平成29) 年2月18日(土)  
会 場 : 静岡大学テニスコート  
講 師 : 加藤 季温プロ (株式会社KION代表取締役、JOP最高ランキング単11位、複14位)  
対 象 : 14歳以下男女  
選 手 : 中村 隆文 (佐鳴台LTC) 佐藤 徹平 (ミナミTC) 石垣 秀悟 (丹那TC)  
菅沼 慶太 (ミナミTC) 畑 碧音 (プレスガーデンTC) 後藤 健太 (丹那TC)  
稲葉 梨莉 (アクトSC) 中山 友里 (丹那TC) 市川 結子 (あおやま庭球塾) 高田 晴菜 (WishTC)  
霜垣 花菜 (清水LTC) 二宮 茉莉 (佐鳴台LTC) 近藤 優衣 (高瀬TC)
- 協 力 : 静岡大学公式庭球部  
内 容 : 9:30 集合・挨拶  
午 前 ウォーミングアップ・前回の復習 (体の使い方を意識した基礎練習) ・ゲーム展開の練習  
12:00 休憩  
午 後 戦術・ポイント練習  
15:30 解散

今回の強化練習会は、3回目ということもあり午前中は今までの復習を兼ねて体の使い方を意識しながらのラリーや、ボールの入る位置を確認しながらのラリーをしました。

その後、ナショナルトレーニングセンターで行われている練習メニュー (インターバルラリー) を行いました。また、振り回された後のボールの返球の仕方など戦術に繋がる練習や、ネットプレーとパッシングとの駆け引きの予測を、色々なパターンを想定して色々な仮説をたてながら動くことの重要性を指導していただきました。午後は戦術「予測・仮説」を考えながら、打てるボールと打てないボールの判断をしながらのポイント練習をしました。

今回の練習会では、予測をし、瞬時に仮説を立てて動くということが、まだみんな出来ていないように感じます。より高いレベルで戦うために、常に「戦術」を意識して取り組んでもらいたいと思います。



【 集合写真 】



【 講 義 】



【 練習風景 】

報告者：静岡県テニス協会ジュニア委員 関口 知子