

## 《 2017 静岡県テニス協会強化事業 早稲田大学遠征 報告書 》

期 日 : 2017 (平成29) 年11月25日(土)・26日(日)

会 場 : 早稲田大学テニスコート

対 象 : 15歳以下男女

選 手 : 石垣 秀悟 (丹那TC) 中山 友里 (丹那TC)

中村 隆文 (佐鳴台LTC)

佐藤 徹平 (丹那TC)

引率者 : 関口 知子 (静岡県テニス協会ジュニア強化担当・丹那TC)

高田 航輝 (静岡県成年国体代表選手・佐鳴台LTC)

協 力 : 早稲田大学庭球部

目 的 : ①大学生選手との練習

②不慣れな環境でのパフォーマンス強化

内 容 :

25日

10:30 早稲田大学テニスコート 到着

10:30~13:00 ウォーミングアップ・練習

13:00~14:45 休憩

15:00~17:30 サーブ・ポイント練習

17:30~18:00 トレーニング・ストレッチ

26日

7:30~10:30 ウォーミングアップ・練習 (男子)

10:30~13:30 ウォーミングアップ・練習 (女子)

14:00~16:45 試合・ポイント練習

今回初めての試みで、大学遠征を行いました。早稲田大学の大学生が入り、大学で普段行っているのと同じ練習メニューをやっていただきました。やはり日本一の大学は選手それぞれの意識も高く、コーチ不在でも自主性がありました。取り組む姿勢もジュニアが見習うべきものがたくさんありました。また今回、ジュニアのコミュニケーション能力や自己アピール力が乏しいところがきになりました。日本一の大学を見てそれぞれ何かを感じ取りこれからに活かしてほしいと思います。



【 集合写真 】



【 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