

《 2020年 静岡県テニス協会 国体強化事業 国体強化練習会 報告書 》

期 日 : 2020 (令和2年) 年9月21日(月・祝)
会 場 : 花川運動公園テニス場
講 師 : 小野田 倫久プロ (日本テニス協会公認S級エリートコーチ・アジア大会団体金メダリスト)
吉富 愛子プロ (全国高校総体・全日本学生選手権チャンピオン)
渡邊 隼氏 (日本テニス協会公認S級エリートコーチ・国体静岡県代表監督)
医科学 : 前田 茂光氏 (静岡県テニス協会医科学委員会・東海医療学園・静岡県国体トレーナー)
スタッフ : 岡本 直哉 (浜松市立高校) 関口 知子 (丹那TC) 松村 亮 (あおやま庭球塾) 増田 兆孝 (グリーンヒルTC)
中川 知聡 (フリー) 越川 充 (アスルクラロ沼津)
参加者 : 大西 洋平 (静岡市立高校) 古牧 卓真 (静岡市立高校) 大場 巧士 (静岡市立高校) 佐藤 徹平 (日大三島高校)
塩崎 凱世 (静岡市立高校) 山本 響希 (浜松市立高校) 青木 琉莞 (日大三島高校) 吉村 有平 (静岡市立高校)
勝山 倅誠 (静岡市立高校) 藤堂 哲也 (浜松市立高校) 伊藤 樹汰 (竜南TC) 清水航太郎 (浜松市立高校)
佐藤 夏向 (ワタナベTC) 吉田 貴史 (プレスパティオTC) 松村 怜 (あおやま庭球塾)
芹澤 佑梨 (城南静岡中高) 馬淵 麻実 (浜松聖星高校) 高田 晴菜 (浜松市立高校) 小池 芽衣 (静岡市立高校)
霜垣 花菜 (静岡市立高校) 山内 音葉 (浜松聖星高校) 貞方 実空 (静岡市立高校) 近藤 優衣 (城南静岡中高)
鈴木 香漣 (WishTC) 藤本 舞衣 (ファイナルレイワタTC) 大井川鈴奈 (プレスパティオTC) 後藤 苺衣 (WishTC)
小島 詠 (プレスパティオTC)

内 容 : 8:50 集合・挨拶
午 前 ウォーミングアップ・ラリー練習・ボレー対ボレー・ダブルス練習
・サーブ練習・リターン練習・トレーニング
12:00 昼食・休憩 (各自)
午 後 マッチ練習 (1セットマッチ) ・2対1でのコース打ち分け・振り回し
・ポイント練習・トレーニング
17:00 終了

今回の強化練習会は、17歳以下から13歳以下までの合同で初めて強化練習会を行いました。

午前は、練習とトレーニングのローテーションで、3グループに分けて行いました。

まとまった昼休みはなしにして、昼食を取りながら交代でシングルのマッチ練習を行い、そこで出た課題を意識して午後の練習をしました。特に、重要視した内容は、インパクトとそれに伴うフットワーク・スピード・スタミナを意識した練習になりました。

まだまだ足りない部分がありますが、選手には継続的に練習してもらい、次回の強化練習会の時には成長したところを見せてもらいたいと思います。



【 集合写真 】



【 練習風景 】



【 トレーニング 】

報告者：静岡県テニス協会ジュニア委員 あおやま庭球塾・松村 亮