

第3回強化合宿の報告

2010年8月28～29日 第3回強化合宿(大阪・羽曳野市)



サーブの動作分析(目の前にある動作カメラで撮影)

バックハンドの動作分析(同様)



平行バランスの分析(目の前にあるPCで動作分析中)

1. 目的

2011年度に開催される国際大会の代表メンバー選考会を兼ねて、選抜した強化指定選手の体力鍛錬&技術強化アップを図るべく、強化合宿(第3回目)を実施しました。今回はJPC科学サポート事業として、ビデオカメラ機器などを使ってテニスにおける動作分析を行いました。

2. メンバー紹介

(1)強化指定選手(男子7名、女子6名)

松下哲也(大阪)*、新垣達司(東京)、武田亮(東京)、芦野正樹(神奈川)、梶野耕祐(大阪)、伊藤貴文(千葉)、岡 美津夫(大阪)

辻岡瑞恵(大阪)、尾形滋子(大阪)、松下恵(大阪)*、豊田恵子(大阪)、穂積民子(東京)、桑畑鮎佳(千葉)

*:個人都合のため、1日目の練習のみ欠席

(2)練習に協力して下さった大阪体育大学庭球部の皆さん

中田さん、牧野さん、杉江さん、帛田(とらだ)さん

(3)コーチ:内藤公広さん(健聴者) ※手話通訳者付き(計2名)

(4)役員スタッフ:森本会長(8/28のみ参加)、梶野事務局、稲辺技術委員、村尾

3. スケジュール

■2010年8月28日(土) 快晴 【9:00~21:00】 指導者:内藤コーチ、大阪体育大学庭球部の皆さん

(1)動作分析(10:00~19:00):6台の動作分析用カメラを使って、いろいろなメニューを実施。

(2)大阪体育大学との合同練習(14:30~17:00)

※動作分析の順番待ちで待機しているメンバーのみ、大阪体育大学庭球部の皆さんがヒッティングパートナー役になり、コート3面を時間制で交代しながらメニュー消化。

(3)居残り練習(17:30~19:00)

※動作分析を終えたメンバーのみ、内藤コーチが一人ずつ課題を与えて指導(一人約30分)。

(4)ミーティング(19:45~21:00)

(5)現地解散(関西メンバー以外は宿泊ホテルへ移動)

■2010年8月29日(日) 快晴 【9:00~17:00】 指導者:内藤コーチ、大阪体育大学庭球部の皆さん

(1)基礎練習&練習試合(9時半~12時45分)

男子:練習(全員)、大阪体育大学メンバーとシングルの練習試合(コーチから指名されたメンバーのみ)

女子:練習

(2)昼休み(12時45分~13時半)

(3)基礎練習&練習試合の続き(13時半~15時)

男子:大阪体育大学メンバーと練習

女子:シングルの練習試合(試合待機のメンバーは男子と一緒に練習)

(3)クールダウン(15:00~15:30)

(4)ミーティング(15:30~16:30)

※2011年6月に開催されるドレセ・マエレ杯の代表候補(各4名)を発表【説明:稲辺技術委員、梶野事務局】

予備エントリー締切日の関係で、8/28夜に内藤コーチの立会いの下で話し合い、代表候補を決定しました。

正式代表メンバーは各3名までなので、2011年3月の強化合宿で最終決定します。

男子代表候補:松下(大阪)、芦野(神奈川)、梶野(大阪)、斉藤(静岡)

女子代表候補:辻岡(大阪)、尾形(大阪)、豊田(大阪)、松下(大阪)

4. 強化対策部長からの総評

今回は動作分析に時間を費やしたため、練習時間が少なかったですが、大阪府立大学の紹介で大阪体育大学庭球部の皆さんが二日間協力してくれたことは大きい成果でした。大学1年~2年の選手ばかりなので、パワーやコントロール面がすごく抜群で、強化メンバーたちは懸命にボールに喰らいつき、何かを吸収したと思います。

大阪府立大学側からJPC科学サポート事業に沿った動作分析の解析に時間がかかると聞いたので、10月下旬に改めて現地に集結し、動作分析の講習会が開かれます。自分の動作がどういう仕組みになっているかを知るためにも、講習会ではちゃんと聞いてもらいたいです。

全国ろうあ者体育大会(徳島)の交流会でも報告したように、2011年6月にトルコで開催されるドレセ・マエレ杯の代表候補が決定したので、選出された候補メンバーは2011年1月から5月まで毎月1回の強化合宿を行います。

以上