

2015年度 強化合宿レポート(12月)

作成:山本広報

JAPAN SPORT
COUNCIL

日本スポーツ振興センター

競技力向上事業

日時:平成27年12月5日～6日

場所:東京 早稲田大学東伏見キャンパス テニスコート

男子:松下哲也、親松直人、笹島航太

女子:菰方里菜、村山奈留美

コーチ:梶下欣昭

スタッフ:斎藤強化対策部長、梶野事務局長(12/5のみ)、山本広報(12/5のみ)、

佐野村トレーナー(12/5のみ)、新倉通訳、河合コーチ(菰方選手引率コーチ)

※12/6は日本パラリンピック委員会助成強化事業研修会に出席(梶野、山本、佐野村)

■■12月5日(土)

スケジュール

9時半 現地集合
9時半～10時 ストレッチ、アップ
10時～17時 練習

早稲田大学の協力選手(敬称略)

平尾、丹波谷、森山、鶴岡、野崎、岡田、清水

午前練習

午前中は、ずっと球出しによる基礎練習でした。
早稲田大学の学生が交代で球出しを行い、様々なパターンの基礎練をひたすら繰り返し行いました。

- ・フォア、バック
- ・回り込みフォア、バック
- ・低いボール、高いボール
- ・フォアポレー、バックポレー
- ・スマッシュ

午後練習

- ・ショートラリー、ロングラリー(ストレート、クロス)
- ・ポレーストローク(1対1、2対1、2対2)
- ・ダブルスのミニゲーム



■■12月6日(日)

8時半 現地集合
9時～11時 試合
11時～13時 土橋監督の指導による練習
13時～15時 ミーティング、昼食
15時～17時 試合

早稲田大学の協力選手(敬称略)

河野、小堀、松崎、平尾、丹波谷、鶴岡、清水

※上記以外の選手にも試合をさせて頂きましたが、お名前を伺う事ができた選手のみ記載しています。



選手コメント

松下哲也

4年ぶりに早稲田大学合同合宿に参加しました。自分の実力の位置づけが確認できて、良かったです。土橋監督に目から鱗が落ちるような技術を教えて頂いたので、それをきっちりと身につけていけるように努力して頑張りたいです。

親松直人

早稲田大学合同合宿に初めて参加しました。練習、練習試合を通じてまだまだ技術、フィジカル面が足りないと感じた2日間でした。土橋監督に教えて頂いたことを忘れずに、これからの練習に活用していきたいと思います。

笹島航太

2日間早稲田大学で練習をして、自分にとって貴重な時間でした。反省としてはフォアハンドの強化だと感じました。スタッフの方々を含め、皆さんに感謝の気持ちで一杯です。次回も機会があればさらに吸収するべきものを取り入れていきたいです。

菰方里菜

これからジュニアの大事な試合で勝っていく為に自分の行動を良くする事を心掛けます。ストロークの安定感を出すことを目標にします。この機会を活かして、次の試合に向けて頑張ります。

村山奈留美

前回に引き続き今回は2回目の参加になります。前回試合をやらせて頂いた時はボロボロでストレート負けが続いていましたが、今回は負けてしまったもののゲームを多く取れた事は凄く良かったです。また、土橋監督直々のご指導を受けられた事はとても貴重な経験になりました。しっかり自分の物にし、今後も精進していきます。

斎藤強化対策部長のコメント

早稲田大学庭球部合同合宿をやらせていただいて11年目になります。今回はデフリンピックに向けての合宿であり、11月に行われた全国ろうあ者テニス選手権大会での上位選手の男子3名、女子2名を派遣しました。早稲田大学庭球部は10/21～26に有明テニスの森にて行われた全日本大学対抗王座決定戦で男子が11連覇、女子が10連覇と最強の大学です。忙しい中、こんな貴重な時間を頂き合同合宿をやらせて頂いて凄く感謝しております。合宿初日は早稲田大学庭球部がいつも行っている練習メニューで行いましたが、付いていくのがやっとでした。このままではフィジカル面がまだまだ足りないと感じました。この練習メニューを毎日こなしているからこそ、全日本で王座を取ることができるのだと、よく分かりました。我々も練習メニューについていけるように頑張っていけないとデフリンピックは難しいと感じました。2日目は、早稲田大学庭球部部員を相手に試合を行わせて頂きました。結果よりも試合内容を中心にどこまで通用するのかをチェックしました。相手の早稲田大学メンバーは様々な攻略法があって我々は振り回されているように見えました。試合中、早稲田大学庭球部の土橋監督が見学に来られ、その時の試合が終了後、土橋監督から2時間男女別メニューで練習指導して下さいました。しかも男子レギュラーメンバーが3人も来て下さいました。これはめったにない機会であり、我々はこんな貴重な経験をさせて頂いて本当に良かったと思っております。土橋監督に指導して頂いた内容を忘れずに我々は精進してまいります。2日間、合同合宿を通して感じたことは試合での攻略法、フィジカル面が足りないと感じました。デフリンピックまであと2年。あっという間なので、残された時間を大事にして、練習にもっと励みたいと思います。最後に忙しい中、2日間貴重な時間を頂いた早稲田大学庭球部の部員の方々、土橋監督、嶋崎監督代行、本当にありがとうございました。来年も引き続きよろしくお願ひ致します。来年は更にレベルアップして再びチャレンジしたいと思います。



1日目集合写真



2日目集合写真