

2017年度 強化合宿レポート(10月)

作成：梶野事務局

JAPAN SPORT
COUNCIL

日本スポーツ振興センター

競技力向上事業

- 日時：2017年10月7日(土)～8日(日)
- 場所：大阪：二色浜テニスコート・兵庫：猪名川テニスコート
- 参加者：

《強化育成選手》

親松直人、笹島航太、渡邊竣平、門根維吹、
大石彩夏、河邊美佐、菰方里菜、鈴木梨子

《スタッフ》

松下強化統括部長、梶野事務局長、尾形滋子

10月から後期合宿が始まりました。強化育成選手&スタッフは新体制でのスタートです。

■■10月7日(土)

11～17時

- ・ボレー、ショートラリー、ベースラインラリーでフォアとバックとランダムで10往復し、ミスしたらゼロカウントから始める。
- ・コート左右サイド振り回し(20球×3)
- ・体カトレーニング(体幹、瞬発系)
- ・一分間ラリーカウント
- ・連帯責任プレー(チャンスボールとスマッシュ)
- ・ダブルス中心練習試合(男子、女子、ミックス)



1日目集合写真

■■10月8日(日)

9～17時

デフテニスカップ大会

チームは男女2名ずつ編成し出場。チームはダブルスペアをメインに実力とメンタルをみながら組み合わせ。健常者チームと合わせて16チームが出場し、7回目の大会でデフリンピックメンバーが優勝。



優勝チーム

松下強化統括部長コメント

サムスンデフリンピック出場選手・ジュニア（全中大会出場レベル）と強化指定選手とのレベル差が大きいことを各自に知ってもらうために、練習メニューを作成しました。予想通り、レベル差がすごくありました。練習メニューがデフリンピック出場選手・ジュニア選手が先に消化してどんどん進み、一般選手はなかなか消化できない。各自、今に置かれるレベルが分かっ
てもらえたと思うので、真剣に練習を取り組んでもらうことを期待しています。

次の合宿の時にどこまでレベルが上がれたかを見極めて各選手にアドバイスしていきたい。強化指定選手はデフリンピック出場選手レベルを近付ける事とデフリンピック出場選手・ジュニア選手は世界トップ選手に近付けるように指導したい。