

2016.11.23

小野田 倫久プロ、森上 亜希子プロをお招きし、MTP 北村で大阪代表選手の強化練習会を行いました。

テーマは、「試合に臨む際の心・技・体」まず、ウォームアップで約 40 分しっかり汗を流しました。(一部の選手にとっては、トレーニングだったような)その後、球出しで、回り込みストロークの練習、チャンスボールの処理などを行い、シングルの試合を想定したラリー練習、サーティーオールからのゲーム形式などを行いました。男女それぞれ 3 時間の練習でしたが、中身の濃い強化練習会となりました。最後にコーチから、「常に試合を意識し、練習の中で、試合の場面を描きながら、ショット打つことが何よりも大切だ」とアドバイスを受けました。

今後の成果を期しております。

委員長 阪本 龍一

