

キーワードはコーディネーション!? ~ 2003 全国テニス学校 ~

“コーディネーションとは、「あの人、器用だね」「センスがいいねえ」といった言葉であらわされるような動きの調和のことを指し、そのためのトレーニングをコーディネーショントレーニングと呼ぶ。世界のプロテニス界でベルギー勢が上位を占めてきているのは、10年程前からコーディネーショントレーニングを取り入れていることと関連があるのでは”とは、座学の講義の中での小山講師の言。

今回のテニス学校のキーワードはスポーツ連盟の現在までの指導法とコーディネーション。

7月12日(土)愛知県スポーツ振興会館で座学、名古屋市総合体育館にて実技と、2003 全国テニス学校(研修コース)が開催された。

座学 B トレーニング理論 ~ スポーツ連盟のテニス指導法の過去、現在の特徴と将来展望 ~

田中技術部長より、トレーニング理論についての座学が行われた。

20数年前にトップスピンを中心としたスポーツ連盟の指導法が確立された。当時の日本はフラットなスイングが主流で、正面を向け、回転をかけろというのは理解されにくかった。

ボルグがでてきて、トップスピンのメジャーになり、スポーツ連盟の指導法が時代にマッチした。

トップスピンを生かすためには、スイングを早くする必要があり、それには胸と骨盤の2つのボックスを固定し、中間部分の筋肉を使うこと、阪神今岡?のように頭を動かしてはいけないことなどがジェスチャーを交えながら説明された。



座学 A テニスのルールとマナー

小山講師より、テニスのルールとマナーについての座学が行われた。

テニスのルールは大雑把であるのは、性善説にのっとっているからとマナーの重要性を説かれた。講義の終わりでは、実技 B に向けてのコーディネーショントレーニングの説明もあった。

実技 B レベルアップのための実技講習

軽い夕食の後、小山講師により、コーディネーショントレーニングを実例として取り入れた実技講習が実施された。



前記のようにあらかじめ、コーディネーショントレーニングの有効性を説明されていたこともあり、効率よく理解できる講習だった。また、遊び感覚満載で、4時間のレッスンだったが、あっという間に終わることができた。以下は実技のうちの一部。

- (1) テニス以外の道具を使った練習
 - ・ 洗濯カラム防止グッズを使ったたまつき(まともにつけない)
 - ・ 尾翼ついたフットボールのおもちゃ(不規則な回転)
 - ・ 2本の長いハシで丸太のキャッチボール(左右の手のバランス)
- (2) テニスの道具を使った遊び
 - ・ 二人でラケットを立てて、入れ替わる
 - ・ ラケットの面以外のところでボールをつく
 - ・ 1つのラケットで、二人が交代しながらボールつき
- (3) ネットとの距離によって、スイングを変化させる練習
前進して、ネットとの位置を変えながら打つ

- (4) ボールだしのあと、打つ直前にコーチの指示により、ストロークを打ち分ける
- ・ コースを変える(ターゲットあり)
 - ・ スピードを変える



テニス学校に参加された皆様

大会は名古屋そして仙台へ・・・ 2003 夏の理事会

7月13日(日)愛知県スポーツ振興会館にて、2003年夏の理事会が開催された。今年の全国テニス選手権大会は名古屋、東山テニスセンターにて開催。開催に向けての準備が着々と進められていることを確認した。

各地のスポーツ祭典状況/第14回全国テニス選手権大会(愛知)

北海道	今年は雨が多くて心配している。ジュニアとシニアを両立できるような大会のやり方を模索している。
宮城	9月21日 ダブルス大会開催予定。
千葉	全国大会全種目出場予定。スポーツ祭典テニス大会は9~10月に各種目開催。
埼玉	例年どおりの開催。全国大会は全種目出場予定。
群馬	今年も大会開催できそうにない。
東京	
神奈川	既に代表者が決定している種目もあり。
石川	7,10月にダブルス大会を開催。
静岡	全国大会は2エントリー
愛知	(開催県)全国大会は2エントリー。
三重	
滋賀	例年どおりの開催。ミックスダブルスは代表決定済み。その他は9月に代表選考大会開催。
京都	例年どおりの開催。代表は9~10月の府大会の結果を受けて決定。
大阪	例年どおりの開催。代表は10月13日(祝)の大阪府大会で決定。
兵庫	例年どおりの開催。スポーツ祭典は6~8月にかけて開催。
高知	一発本戦を実施。全国大会はダブルスをエントリー。

福岡	例年どおりの開催。
長野	長野大会の開催を企画。男子ダブルス、女子ダブルス、ミックスダブルスで代表派遣が期待できる?
関西	ミックスダブルスのワイルドカード枠を付与。関西ブロックミックスダブルス大会(10月12日)。

全国テニス選手権大会へ向けた取り組みとして、ロービングアンパイアを含む大会役員、予算、宿泊施設などについて確認し、大会開催に向けての準備状況を確認した。あとは、各地の代表が出揃うのを待つのみ。



第25回スポーツ祭典テニス大会(東北ブロック)

来年は東北に進出。宮城県連盟でコートの確保をされます。具体的なことはこれから。仙台では2度目の開催、協力して成功させよう!

シニア大会

第5回静岡大会は黒字化。結果は後記。

ベテランテニス大会を第6回からシニアテニス大会に改称し、滋賀県での開催を検討中。



テニスリーダー制度

今回、夏の理事会と同時期開催という形で、全国テニス学校研修会を開催。当面、関西ブロック、関東ブロックテニス学校とあわせて、開催していくことを確認した。

今年は南国土佐で学び交流しよう!

2003 サマースポーツセミナー in KOCHI へはテニス協からも多数の派遣を。

日時 8月22日(金) 23日(土) 24日(日)

会場 高知県高知市浦戸城山 830-25 国民宿舎 桂浜荘

来年は滋賀で開催！～第5回全国ベテランテニス大会～

運営委員長 永谷祐一

第5回全国ベテランテニス大会が4月3日、4日に静岡県浜名湖湖畔にある亀崎ファミラードテニスコートで開催された。桜が満開の時期で天候にも恵まれ全国16都府県から90人の選手が集まりテニスを楽しんだ。

運営では地元静岡での運営委員に加えて、全国から大会会長と選手として村田理事長が審判長として野口(高知理事)運営委員として今村副理事長が役員として参加した。3日は13時から開会式を行い予選リーグ又はリーグ戦の2試合を行い、夜はレセプションが行われた。レセプションでは各都府県別にステージに上がっての自己紹介が行われ、最後に滋賀県の山本氏から来年は滋賀県で行いたいので是非参加してくださいと呼びかけて終わった。4日は決勝トーナメントや交流ゲーム、表彰が行われた。昼食にはうなぎの入った弁当を選んだ人もおり、浜名湖のアサリのみそ汁が好評であった。

この2日間雨とケガを心配していましたが何事もなく無事終了することができた。協力して頂いたみなさんありがとうございました。

大会結果

クラスA(70歳以上の部)

	選手名	A	B	C	D	成績	順位
A	1 小野敏男 (群馬) 清水悦雄 (長野)		6-2	6-0	6-1	3-0	1
B	2 後藤政雄 (静岡) 加藤幸夫 (静岡)	2-6		6-3	6-3	2-1	2
C	3 今城孝 (岡山) 多和教有 (岡山)	0-6	3-6		6-5	1-2	3
D	4 中村晴海 (静岡) 須永孝 (静岡)	1-6	3-6	5-6		0-3	4

	選手名	E	F	G	H	成績	順位
E	5 都倉義夫 (神奈川) 坂井昌彦 (東京)		6-1	6-4	6-3	3-0	1
F	6 細田恭徳 (静岡) 笠原文雄 (静岡)	1-6		6-2	2-6	1-2	3
G	7 山本基 (愛知) 佐藤貞雄 (愛知)	4-6	2-6		1-6	0-3	4
H	8 北村繁夫 (静岡) 平山光男 (静岡)	3-6	6-2	6-1		2-1	2-2

1位トーナメント

1	小野敏男 (群馬)	6
	清水悦雄 (長野)	
5	都倉義夫 (神奈川)	0
	坂井昌彦 (東京)	

3位トーナメント

3	今城孝 (岡山)	5
	多和教有 (岡山)	
6	細田恭徳 (静岡)	6
	笠原文雄 (静岡)	

2位トーナメント

2	後藤政雄 (静岡)	6
	加藤幸夫 (静岡)	
8	北村繁夫 (静岡)	1
	平山光男 (静岡)	

4位トーナメント

4	中村晴海 (静岡)	6
	須永孝 (静岡)	
7	山本基 (愛知)	2
	佐藤貞雄 (愛知)	

クラス B(男子 60歳以上の部)

東リーグ

	選手名	A	B	C	成績	順位
A	1 高田俊彦 (神奈川) 中村長平 (京都)		6-2	6-2	2-0	1
B	2 宮田重雄 (奈良) 扇田憲治 (奈良)	2-6		0-6	0-2	3
C	3 小池常雄 (静岡) 遠藤政敏 (静岡)	2-6	6-0		1-1	2

西リーグ

	選手名	D	E	F	成績	順位
D	4 川村研也 (静岡) 石黒正久 (静岡)		6-4	6-0	2-0	1
E	5 白石武人 (高知) 田内啓介 (高知)	4-6		6-1	1-1	2
F	6 三浦二郎 (東京) 橘内稔 (東京)	0-6	1-6		0-2	3

南リーグ

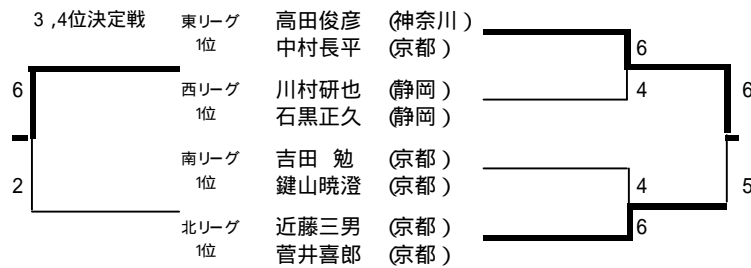
	選手名	G	H	I	成績	順位
G	7 西牟田満彦 (奈良) 松原俊寛 (奈良)		6-3	1-6	1-1	2
H	8 高畠健 (静岡) 篠原鋭行 (静岡)	3-6		4-6	0-2	3
I	9 吉田勉 (京都) 鍵山暁澄 (京都)	6-1	6-4		2-0	1

北リーグ

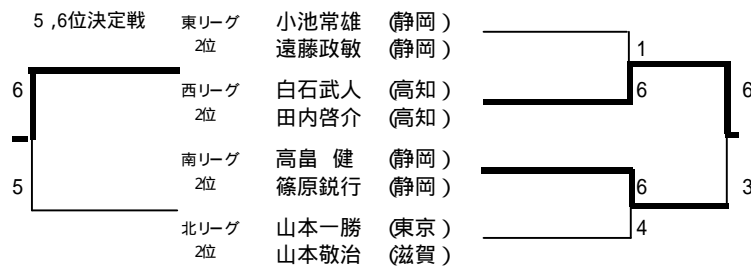
クラス B (その2)

	選手名	J	K	L	M	成績	順位
J	10 近藤三男 (京都) 菅井喜郎 (京都)	/	/	6-1	6-0	2-0	1
K	11 滝山 弘 (静岡) 伊藤廣海 (静岡)	/	/	0-6	6-2	1-1 -2	3
L	12 山本一勝 (東京) 山本敬治 (滋賀)	1-6	6-0	/	/	1-1 1	2
M	13 本郷雄二 (大阪) 大場 透 (大阪)	0-6	2-6	/	/	0-2	4

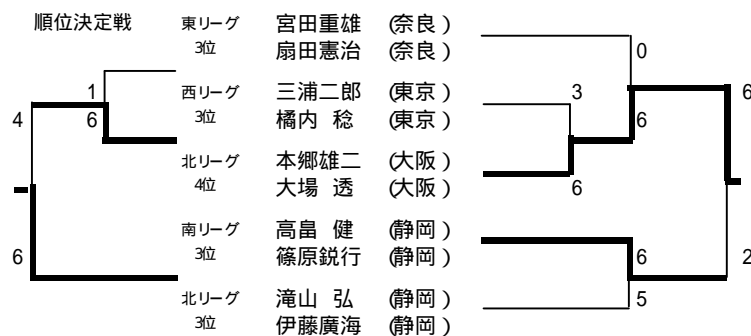
1位トーナメント



2位トーナメント



3,4位トーナメント



クラスC(男子50歳以上の部)

	選手名	A	B	C	成績	順位
A	1 三浦文克 (静岡) 玉木和夫 (静岡)		6-2	5-6	1-1	2
B	2 村田博 (東京) 永田和夫 (大阪)	2-6		3-6	0-2	3
C	3 森田博 (京都) 古見一雄 (大阪)	6-5	6-3		2-0	1

交流ゲーム (パートナーを抽選で選びゲームを楽しむ)

	選手名	A	B	C	成績	順位
A	1 森田博 (京都) 玉木和夫 (静岡)		6-1	6-4	2-0	1
B	2 三浦文克 (静岡) 永田和夫 (大阪)	1-6		3-6	0-2	3
C	3 村田博 (東京) 古見一雄 (大阪)	4-6	6-3		1-1	2

クラスD(女子70歳以上の部)

	選手名	A	B	C	成績	順位
A	1 花野節子 (岡山) 丸尾景子 (岡山)		6-5	0-6	1-1	2
B	2 平石治枝 (東京) 原直子 (静岡)	5-6		2-6	0-2	3
C	3 松島紀久子 (岡山) 斉藤恵美子 (東京)	6-0	6-2		2-0	1

交流ゲーム (パートナーを抽選で選びゲームを楽しむ)

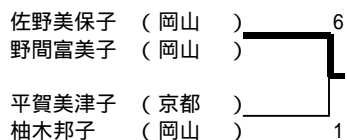
	選手名	A	B	C	成績	順位
A	1 平石治枝 (東京) 丸尾景子 (岡山)		3-6	3-6	0-2	3
B	2 原直子 (静岡) 斉藤恵美子 (東京)	6-3		6-5	2-0	1
C	3 花野節子 (岡山) 松島紀久子 (岡山)	6-3	5-6		1-1	2

クラス E (女子 60 歳以上の部)

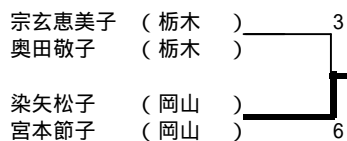
	選手名	A	B	C	D	成績	順位
A	1 小合和子 (岡山) 多和シズ子 (岡山)	/	5-6	2-6	2-6	0-3	4
B	2 棚橋敏子 (奈良) 菊川周子 (奈良)		6-5	1-6	1-6	1-2	3
C	3 佐野美保子 (岡山) 野間富美子 (岡山)		6-2	6-1	6-1	3-0	1
D	4 宗玄恵美子 (栃木) 奥田敬子 (栃木)		6-2	6-1	1-6	2-1	2

	選手名	E	F	G	H	成績	順位
E	5 染矢松子 (岡山) 宮本節子 (岡山)	/	1-6	6-1	6-2	2-1	2
F	6 平賀美津子 (京都) 柚木邦子 (岡山)		6-1	6-1	6-1	3-0	1
G	7 辻本和子 (奈良) 永野喜子 (奈良)		1-6	1-6	6-2	1-2	3
H	8 若林千恵子 (岡山) 田中澄子 (岡山)		2-6	1-6	2-6	0-3	4

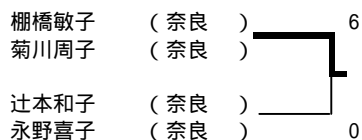
1位トーナメント



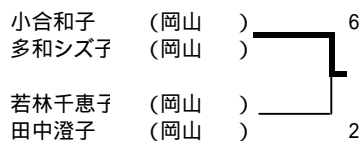
2位トーナメント



3位トーナメント



4位トーナメント



クラス F (女子 50 歳以上の部)

	選手名	A	B	C	成績	順位
A	1 白川早苗 (静岡) 菊井まさよ (静岡)		6-2	3-6	1-1	2
B	2 笹木まち子 (和歌山) 今西利子 (愛知)	2-6		3-6	0-2	3
C	3 下川美江子 (岡山) 河合三千子 (岡山)	6-3	6-3		2-0	1

交流ゲーム (パートナーを抽選で選びゲームを楽しむ)

	選手名	A	B	C	成績	順位
A	1 河合三千子 (岡山) 笹木まち子 (和歌山)		6-5	0-6	1-1 -5	3
B	2 菊井まさよ (静岡) 今西利子 (愛知)	5-6		6-2	1-1 3	1
C	3 下川美江子 (岡山) 白川早苗 (静岡)	6-0	2-6		1-1 2	2

クラス G (120 歳ミックスダブルスの部)

	選手名	A	B	C	D	E	F	G
1	長谷川玲子 (愛知) 長谷川 宏 (愛知)			6-1	6-2	6-0	6-0	6-5
2	稲田テル子 (和歌山) 栗林法嗣 (和歌山)				6-2	6-0	6-3	1-6
3	古田洋子 (愛媛) 宮民弘行 (香川)	1-6				6-1	6-2	3-6
4	牧 友子 (香川) 牧 省三 (香川)	2-6	2-6				6-3	0-6
5	石田和恵 (京都) 小東喜久次 (大阪)	0-6	0-6	1-6				1-6
6	河内尚子 (東京) 河内清治 (東京)	0-6	3-6	2-6	3-6			
7	千葉恵子 (岡山) 山川 浩 (愛知)	5-6	6-1	6-3	6-0	6-1		

「スポーツのひろば」を購読しましょう!

購読の申込、問い合わせは各都道府県協(議)会まで。

SCHEDULE 2003 .8 ~ スケジュール

2003	8/22-24	サマースポーツセミナー	高知
	11/14-16	第14回 全国テニス選手権大会	名古屋 東山テニスセンター
	検討中	関東ブロックテニス学校	浜名湖
	12/20	常任理事会	名古屋
2004	1/24,25	冬の理事会	仙台
	1/25	関西ブロックテニス学校	大阪
	4/8, 9	第6回全国シニアテニス大会	滋賀

各地の便り

北海道 (SAC)	月刊。ホームページ開設(http://www10.plala.or.jp/sac-hokkaido/)。さらに、機関紙充実と見習わな いとイケないことばかりの SAC(エス・エー・シー)。「スポーツ豆太郎」のコーナーでは、視覚能力につ いての解説。かと思ったら、スポーツとはまるで関係ないカフェの紹介。おきたいところから、そうでな いところまでまさに内容充実です。(ウォーミング up121 7月号 No.15)
東京	GW には恒例の山中湖でのスプリングキャンプを開催とのこと。時期遅れの記載になっちゃいました。 ごめんなさい。
板橋	8月24日にオープンジュニア(ダブルス)大会。レディース大会や、ジュニア大会など、ほんとに多種 目の開催ですね。こういった努力でいろんな人が大会に参加しやすくなるのですね。
兵庫	新しい役員が決定し、運営クラブを募集しています。加入者、運営クラブ増加への試み、昨年 から次々と実行ですね。7月27日には練習会を開催(バーベキューつき)。(テニスをする仲間 No.1、増 刊号)
京都	つい先日、昨年度の優秀・最優秀選手の表彰会が開催されました。当日は月例の定例会議とあわ せての開催だったこともあり、多数の参加で盛り上がりました。
大阪	白馬キャンプ真っ盛り。「今週の白馬!」では、森田カップ開催の案内も。(大阪テニス協会 HP)

編集後記

テニス学校参加しました。コーディネーショントレーニング面白かったです。すっかり、本も買っちゃいました。
これからお勉強です。

しかし、最近、どうも体の動かないこの私。太りすぎて話もあるけど、果たしてコーディネーショントレーニングとやらで、解消するのだろうか？

先にダイエットかな。

ぷく