

## 令和5年度 第5回活動報告書(交流会)

日 時：2月6日(火) 10:00～13:00

会 場：プリニーの総合体育館

講 師：(株)VICTOR SPORTS 矢島 優子氏

報告者：指導委員 平田 ゆかり

今回の交流会は、(株)VICTOR SPORTS の矢島氏に講師を務めて頂きました。

ワンポイントレッスンではダブルスのホームポジションからのサイドステップを学ぶことで、サーブレシーブでハーフを責められた場合に無理をせず奥まで返球する打ち方を教えて頂きました。パターン練習では2対2で全面を使い、ワンポイントレッスンで教えて頂いたことを実践しながら、更にドロップとクリアーのみのラリーも行いました。

また、トリプルのゲーム後には前衛の球のさばき方や構え方なども教えて頂き、最後のダブルスでは他地域・他クラブの方と交流出来るように配慮しゲームを行いました。

今回初めてご参加頂いた方も含め、全員が楽しく積極的に練習して頂けたと思います。