

## 令和6年度 第1回活動報告書(交流会)

日 時：5月22日(水) 10:00～13:00

会 場：山縣市総合体育館

講 師：(株)VICTOR SPORTS 矢島 優子 氏

報告者：指導委員長 徳永 量子

今年度の交流会テーマを『足の運び方を学ぶ』とし、昨年につき(株)VICTOR SPORTSの矢島優子さんよりご指導を頂きました。

今回は、コート後方へあおられた時の基本的対処法として、クリアを打ち返すことを念頭に置き、打った後は利き足を一步前に出すこと、また、ネット前に落とされたショットを取りに行く時には、前屈みにならずに上体を起こしてシャトルを打つことなどのご教示を頂きました。それらを身に付けるための練習方法やパターン練習も幾つか教えて頂きましたが、あおられないためには、先ずシャトルを打つコースが重要であることも学びました。

今回は、新規参加の方々を始め県内各地から多くの方にご参加頂いたこともあり、互いの交流が深まり有意義な時間を過ごせたものと思います。