

令和6年度 第2回活動報告書(練習会)

日 時：6月11日(火) 10:00～13:00

会 場：プリニーの総合体育館

講 師：YONEX(株) 山田 青子 氏

報告者：指導副委員長 藤原 陽子

今年度の練習会テーマを『面の使い方を学ぶ』とし、YONEX(株)所属の山田青子氏よりご指導を頂きました。

今回は、スライスショットの打ち方を教えて頂き、通常のドロップ・スマッシュとスライスしたドロップ・スマッシュの打ち分け方、スイングのスピード加減などを解りやすくご指導頂きました。打ち慣れない面を作ったのスイングで、戸惑いながらもその後のゲーム練習ではテーマ練習の成果を発揮されている場面も見られました。

トリプルスでは、ダブルスに生かせる練習として、前衛は的を絞って予測して動くこと、後衛(リベロ)は前衛との距離を縮める(空きスペースをカバーする)という意識を持ったポジショニングを学びました。

幸運にも元オリンピック選手の山田青子氏に学び、プレーを間近で拝見することができたことは、参加者にとってとても有意義で貴重な時間になったことと思います。