

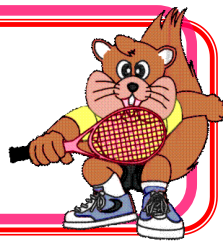
昭和の森ジュニアスクール ジュニア新聞

2019.8 発行



もくじ 目次

- ・チャレンジジュニアの結果発表！
- ・ジュニアプレイヤーズの活躍！！
- ・8月のトレーニングは…素振り
- ・全米オープン優勝者当てクイズ
- ・おはようファミリーテニス…ブログ&お知らせ
- ・キッズ応援企画…複数受講・レッスン受け放題
- ・ルーキーズ開催決定



チャレンジジュニア結果報告!!



優勝者のみんな...

第54回 優勝者

菅野唯嘉(イエロー)・吉村越輝(イエロー)

西 飛勇(グリーン)

堀口蒼空(オレンジ)・廣澤駿太(レッド)

第55回 優勝者

土田欧右(イエロー)・佐野翔大(イエロー)

堀口蒼空(グリーン)

鈴木琉之介(レッド)

みんながゲームをできるようになる はコーチ達の目標です。
もちろん、コーチ達もゲームが好きで、そのコーチ達はテニスゲームの中から多くのものを学んだとも思っています。ゲームの中には、色々なことがあります。嬉しいこと、悔しいこと、考えること、我慢すること...
そんな体験をして欲しいと思っています。
それを感じ、乗り越え、みんな大きくなろう!!



9月 チャレンジジュニアのお知らせ

募集中!!

9月15日(日) レッドボール 15:00~16:30 テコターフ
オレンジボール 9:00~13:00 アウトコート
グリーンボール 13:00~17:00 アウトコート
9月22日(日) イエローボール(オープン) 18:00~21:00 インドアコート
料金 ¥3,240円(税込)

ジュニアプレイヤーズの活躍!!

全日本ジュニアテニス選手権大会

小高末織 14歳以下女子シングルス 1回戦
女子ダブルス ベスト4

全国中学生テニス選手権大会

高畑里樹・田中歩輝 出場

来年は更に飛躍できるよう練習に取り組んでいきます!



「8月のトレーニングは… “素振り”」

みんなー！ラケットの素振りやっていますか！？今月はレッスン時のトレーニングに素振りを取り入れてます。今後も、もっと素振りを取り入れていきたいと考えています。

その理由は…素振りって実はとっても大切なんです！！ですが、野球の素振りのようにぶんぶんと思いきりラケットを振り回してはいけません！間違ったフォームを身体が覚えてしまうので気をつけましょう。テニスは自分から動いてボールを打ちにいきます。速いボール、遅いボール、高いボール、低いボール、近いボール、遠いボールなどいろいろなボールがあり、スイングも違います。ずっと同じ姿勢をキープしたまま上半身や腕の力だけで素振りをしている姿をよく見かけますが、その方法はおすすめしません。全く意味がないわけではありませんが、せつかく素振りをするのならもっと効果的な方法をお教えます。

小林コーチのワンポイント「素振りのやり方」



まずはしっかり構えから

ボールが飛んでくるのをイメージしながら

一番力が入る高さでボールをとらえる

最後までしっかりラケットを振りぬく

実際にボールが飛んで来る所をイメージしながらリズムやタイミングなどを合わせて、ゆっくりと素振りを行います。その時に、ボールとの距離間やインパクトの瞬間(ボールがラケットに当たる時のこと)、そしてラケット面の向きなどを確認します。全てのボールが体の周りに飛んでくるわけではありません、いろいろな場所やいろいろな速さのボールが飛んで来ることをイメージし、実際に足を動かしてスプリットステップやフットワークをいれて素振りを行いましょう。大切なことは、本当にしっかりと、自分でボールを打っているイメージを持って素振りを行わないと効果がなかなか表われません。

そもう一つ大切なことは、コートの上でボールを打つことと同時に素振りもすることです！たくさん素振りをやればそれだけで上達するわけではありませんが、しっかりと意識を持ってやれば確実に上達できると思います。コーチも数えきれないほど、たくさん素振りをしてきました。大きい鏡の前や全身が映る窓やドアを見つけて、その前に立ってたくさん素振りをしてきました。練習の前もですが練習後には必ず少ない回数でも素振りを行って来ました。もう少し素振りについて知りたい、どうやったらいいか、まだなかなかわからないって人は、遠慮しないでコーチにどんどん聞きに来てください！お父さんやお母さん、ご家族のみなさんもわからないことがあればコーチにお尋ねください★★

グランドスラム全米オープン優勝者当てクイズ!!

前回、大坂なおみ選手が優勝した全米オープンが8月26日(月)から、アメリカ・ニューヨークで開催されます。大阪選手の連覇なるか！また、錦織選手もここ最近、グランドスラム5大会連続のベスト8以上と安定した成績を残しています。ピック3を倒して初のタイトル奪取が期待されます。

みんなも優勝者当てクイズに参加して、応援しよう！

応募期間:9月1日(日)まで





おはようファミリーテニス

おはようございます？日曜の朝、ファミリーテニスを担当している荒川です。

夏は、この8月25日の日曜日で最終回となります。毎回、沢山の元気なお子さんとお父さん、お母さんの参加を頂きありがとうございました！

今季、嬉しかった事は、リピーターとして2回、3回…と参加して下さったご家族が多かったことです。

初めての時は、ボールがラケットに当たらなかった4歳の女の子…次回には、お母さんとラリーが続いたり、少しずつですが上達が見られて楽しかったよ！もう少し大きな小学生は、回を重ねる毎に上達して、お父さんをあちこちに振り回してやっつけていました！

毎回、印象深かったのは…そんなお子さんを見て、お父さん、お母さんが、とても嬉しそうで…楽しそう！自分も久々に、子供とラリーでもしようかな！

また、二人のお父さんには「若い頃、コーチに習っていました…」と言われ、自分も年をとる訳だよなあ～としみじみ思うのでした。

好評につき、おはようファミリーテニスを9月15日(日)から再開することになりました。

日曜の朝、ご家族一緒に、テニスで楽しみましょう！多くのご参加お待ちしております。

おはよう！ファミリーテニス教室

【日 程】 9/15日(日)～10月27日(日)の毎週日曜日

【時 間】 8:00～9:00 デコターフコート(インドア)

【対 象】 テニスがしたい方なら誰でも参加できます(満4歳～)
初心者・未経験者大歓迎!!
ラケットのレンタルありますので、ご相談ください。

【定 員】 12名

パパ・ママ・おじいちゃん・おばあちゃんと一緒に…みんなでテニス

【料 金】 ファミリーテニス教室 ¥1,080/1家族

(家族2名での金額となります。以降1人増えるごとにプラス ¥540)

※お子さまと保護者での参加が必要となります

【内 容】 大人と子供みんなで一緒にラリーやゲームなどを行います。

☆大人も子供も楽しめるようにコーチがサポートさせていただきます!!

【申込方法】 お電話にてお申し込みください。

スクール生の方は、WEBシステム「特別レッスン」よりお申し込みができます。

TEL受付時間(平日)8:00～22:00 (土)7:00～21:00 (日)7:00～19:00

※ご不明な点はスクールフロントまでお問い合わせください

日曜の朝は…

8/17(土)～受付開始



お申込み・お問い合わせは…



昭和の森テニススクール <http://www.showasp.co.jp/sports/>

〒196-0014 東京都昭島市田中町600 TEL:042-546-3055



得

キッズ応援企画!! 複数受講・レッスン受け放題

※8月16日(金)受付開始

もう一つクラス増やすとレッスン受け放題!!

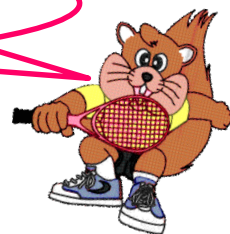
もうひとクラス受講すると

9・10・11・12月に限り、レッスン受け放題の特典が付いてきます。

もうひとクラス受講料金・・・ キッズ平日 ¥1,940 キッズ土日 ¥3,240

※現受講料に追加になる金額です。

1クラス増やしてさらに上達しよう!!



【レッスン受け放題のルール】

①予約が必要です。(2週間先まで予約可能)

同レベルまたは一つ下のレベルのクラスに参加できます。

定員の場合はお断りする場合があります。予めご了承下さい。

平日の方が、土日に受け放題を受ける場合 差額 ¥430 が掛かります。

②キャンセルはレッスン開始2時間前までにお願い致します。

※無断キャンセルの場合は通常通りキャンセル料が発生致します。

お申込み・お問い合わせは...

昭和の森テニススクールフロント迄

TEL:042-546-3055





TENNIS UNIVERSE
テニスユニバース



キッズ・ジュニアの合同練習会です。

第7回TUルーキーズチャレンジ

日時:10月6日(日)

場所:昭和の森テニスセンター

主催:テニスユニバース

テニスユニバース
ホームページ



■お申し込みはこちらから→

<http://www.tennisuniverse.co.jp/company/event/201908/44/>

■お問い合わせ：所属スクール、担当コーチ、または大会事務局まで。
ルーキーズチャレンジ2019大会事務局 月～金10:00～16:00 TEL:042-483-9321