

2017年6月3日～4日 大人の **本気** テニス合宿

日頃の皆さんの行いの良さとスタッフの
行いの良さ(?)が雨予報を覆し
好天を呼び、テニスを満喫できました!!!

加藤コーチより

皆さんのフォームをビデオ撮影し、
夜の部屋飲みミーティングでみんなのフォームをチェック!
自分のフォームを再確認したり、
お友達のフォームを参考にしたりと
皆さん勉強になったようで良かったです!!!
そんなやる気満々の皆さんは飲みすぎ以外の方は
ほとんど早朝練習に参加!さすが!!(笑)
皆さん是非♪次回おとな合宿でお会いしましょ〜!!
一緒にエンジョイしましょ〜♪
イエ〜!!ジャスティス!!



初日は午後からコートで
3面で4時間
みっちり練習!



2日目は早朝練習+午前3時間の練習!
皆さん頑張り屋さん!!ビデオのチェック項目を
思い出し、サーブやストローク、各ショットを
コーチと一生懸命練習に励んでいました。
あっという間の時間で午前練習は終了。



各コートごとに練習テーマを設定 ①ストローク
練習のコート②ボレー練習のコート③ゲ
ーム形式ラリー練習のコート などに分
かれて練習しました。時間ごとに3コー
トをローテーションしていくという
ちょっとハードな内容でした!!

午後は2チームに分かれ
てのチーム対抗戦!
色々なペアで試合を
たくさん行い
大熱戦&大接戦でした!



1人はみんなのために
みんなは1人のために
チームワークよく
試合を楽しめました。

