

事業報告書

2020年6月30日

事業番号：㊦-3-㊦

事業名：近畿圏/近隣の選抜強化練習会

日時：2020年4月～6月 毎週木曜日 18:00～21:00

場所：ブルボンビーンズドーム

内容：U16の選抜強化練習会

派遣スタッフ

井本善友

横田雄飛

参加選手

谷畑幸洋、永田侑那、小山ほのり、小山みのり（兵庫）

新井愛梨（大阪）

活動目的

週1回定期的に関西の有望な選手を集めて行う練習会。指導者2人体制で個別の能力開発を促し、成長にあった練習内容を提供する。また、年齢カテゴリーを超えて練習することで、より年齢の低い選手達のテニスや意識レベルを引き上げることも目的とする。

所感

コロナウイルス感染症の影響で、4月から2ヶ月間の自粛生活を強いられた影響で、練習会もおおよそ2ヶ月間の休止を余儀なくされた。

休止期間中、トレーニング動画を作成し自宅でできるトレーニングをSNSを通じて紹介。この期間中にウォームアップの手順を覚えて習慣化してもらいたかったが、個人が時間をとって行うにはハードルが高いように感じられた。練習会再開後は、おおよそ1時間を使って解説をしながら丁寧にウォームアッ



プを行っている。今後も継続的にウォームアップをリードし、習慣化するところまでリードしたい。