



平成24年8月30日

平成24年度兵庫トレセン指導者講習会のご案内

兵庫県テニス協会  
会長 坂本 達雄  
日本テニス協会強化本部 技術サイエンス・タレント発掘委員会  
委員長 竹内 映二

残暑の候、皆様におかれましてはますますご健勝のこととお慶び申し上げます。日頃は、トレセン活動にご理解とご協力を賜り厚くお礼申し上げます。本年度も、平成24年度兵庫トレセン指導者講習会を開催させていただき運びとなりました。皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

- [日程] 第1回講習会 平成24年10月13日14日  
(第2回講習会:12月15日16日 第3回講習会2月9日10日 予定)
- [場所] ブルボンビーンズドーム
- [参加費] 2500円 / 1日
- [講師] 中山芳徳 日本テニス協会ナショナルコーチ・ワールドジュニア女子監督  
日本テニス協会・S級エリートコーチ
- [定員] 30名(先着順)
- [第1回締め切り] 平成24年10月10日
- [スケジュール] 平成24年10月13日14日 10時～18時

10月13日午前	講義 13～16歳のトレーニング期(コネクショントレーニング)の概要 コネクショントレーニングとは? 現代・未来を見据えたテニスの方向性 ～ハイパフォーマンスに求められる要素を解説し、今この時期に トレーニングしなくてはならない事をご紹介します。
10月13日午後	オンコート コネクショントレーニングの紹介(13～16歳) テクニック編(グラウンドストローク) 効率的な動作(エコノミック)のおさらい パワーテニスへの移行 ・ボディースピード・スウィングスピードを上げるには? ・パーフェクトフットワーク→スピードトレーニングとの融合
10月14日午前	オンコート コネクショントレーニングの紹介(13～16歳) テクニック/アドバンス編(サービス・リターン) パワーを身に付ける上での効率的な動作解説(エコノミック) 具体的なトレーニング方法 それぞれ異なった悪い癖の矯正法とチェック観点 ～どこを修正すればスムーズな動きになる?～
10月14日午後	オンコート コネクショントレーニングの紹介(13～16歳) 戦術編 「相手を崩す」=No repeat, 予測を外す、しつこさなど ・サービス・リターンから主導権を握る ・フィニッシュするなど ～この年代からサービス・リターンから主導権を握れるように 意識してゲームを組み立てるのが最大の課題。 それに必要な要素をいかにトレーニングするかを紹介

- [申込先] [hyogotrainingcenter@yahoo.co.jp](mailto:hyogotrainingcenter@yahoo.co.jp)  
お名前・所属クラブ・ご住所・電話番号をご記入の上、上記アドレスまでお申し込みください  
必ず返信いたしますので、返信がない場合は再度お申し込み下さい。  
事前に質問事項がある場合は、申込の際にご記入ください。