



1月の練習会

■2025年2月の予定表をお送りします。

2月も平日は金曜日の体育館のみとなり、練習が少なくなるので、選手の皆さんには、それぞれ自主的な練習活動をお願いします。外のコートは、例年よりも雪が少ない感じですが、一度降るとオムニコートはしばらく使えなくなるので困ります。3月は、もとの火曜日、金曜日のナイター練習にもどりますので、選手の皆さんはそのつもりでお願いします。

■今後の公式戦

ウィンタージュニアがすぐになりますが、ポイントは関係ないので、思い切ってチャレンジしてください。最

近は樋口咲栄選手がほぼシード(DA)で、本戦からの登場になっておりますが、谷山紗希選手もそろそろ8シードになります。楽しめます。京都ジュニアは、全員で13名がエントリーしました。全国小学生予選も続きますが、小学生チームは3人になります。頑張ってください！



■インフルエンザなど感染症に注意！！



練習には多めのドリンク(できればスポーツドリンク)タオルをお忘れなく！手洗いとうがいを励行し、睡眠と食事もしっかり取って、免疫力の低下に注意！

テニスの豆知識 101

■スライスについて

伊藤あおいプロの活躍で、フォアハンドのスライスが注目されております。バックハンドのスライスは、昔からフェデラーさんを筆頭に、相手の強打を無効化するショット、あるいはアプローチで、流し込み、相手を追い込むショットとして使われていましたが、フォアのスライスは、ドロップショットの時以外はあまり使わないショットでした。また、一昔前は、フォアのスライスを打つと、コーチから怒られたりしてました。コーチングにおいても「楽をしたがるようになる。」という理由で、フォアのスライスを打たさないことがありました。



伊藤あおい選手は、極端に握力が少なく、力強いフォアが打てなかつたので、ジュニアの頃から、ダブルバックスラッシュハンドを武器として磨いてきました。その正確無比なバックハンドを生かすために、フォアのスライスで、相手を深く下がらせたり、ショートアングルに走らせたり、とにかく崩すためにフォアのスライスを多用しています。相手も、伊藤選手のパターンはわかっているのですが、同じフォームから長さや角度をえてくるので、まんまとはまって、バックハンドでやられるパターンに陥ります。

FJTCの選手が勝ち上がっていくには、伊藤選手のように、自分を理解して、頭を使って考えてプレーすることがとても参考になります。ただし、伊藤選手のバックハンドのように、キラリと光る、自信を持てる部分も、磨く必要があります！！

■中体連の総体は、7月・海の日の頃です。

FJTC福知山ジュニアテニスクラブ（京都共栄学園内）

620-0933 福知山市篠尾62-5 tel.0773-22-6241 <http://www.fjtc.jp>

代表・京都府テニス協会理事 國田 敦・090-3058-5576 Mail : info@kyoei.ed.jp

