

HAPPY NEW YEAR

7=ヒロ卓球'



~ January 1, 2017 ~

本間新聞

新年、あけましておめでとうございませう。
本年もどうぞ、宜しくお願い致します。



皆様が楽しく、精一杯卓球ができる環境を
ご提供できる様、スタッフ一同努めて参ります。
1月は、日曜日と9日(祝)がお休みのため、お休みです。
お間違いない様お願い致します。

本間の今年の目標

★試合に沢山出場する。★
今年で私本間 30才になります。という事で、年性別
の試合に出場できる様になります。昨年以上に
試合に沢山出場し、若さあふれるプレーをしたいと思います。

★代表に在る★

東京選手権・全日本マスターズサーティーの部で
東京代表になれる様頑張ります。

僕もまだまだ卓球選手です。プレーヤーとしても、
しっかり練習して、結果を出したいと思っております。

皆様、今年の目標は何か考えましたか？ 目標を
考えると、その目標に向って頑張れます。またの方は、
是非、なにか目標を考ええてみて下さい。

と取る！ 第一ゲームが大事！

卓球というスポーツは、1ゲーム11点先取れずか
5分弱で1ゲームが終るスポーツです。その為



スタートの第一ゲームが最も大事です。第一ゲーム
をしっかりと戦う為のコツを書きたいと思っております。
●ウォーミングアップが大事。のびのびから全力のプレーが
行える様、汗をかき、ウォーミングアップをする方が良いです。

●前半から必殺技を積極的につかう。

11点マッチなので、スタートダッシュを
かけたら、もうゲームは終盤です。

技の出しおしおは、もうないない
ので、スタートから、どんどん使います。

今年も本間新聞をよろしくお願ひします。



酉年

