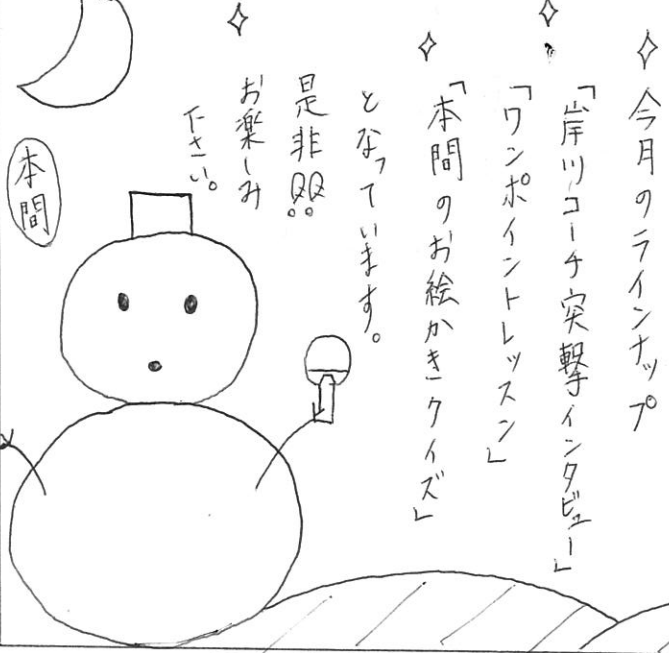




本間新聞第2弾
寒い季節に成りてきました。
お体には充分に気を付けて
お過ごし下さい。



今月のラインナップ
「岸リコーチ突撃インタビュー」
「ワンポイントレッスン」
「本間のお絵かきクイズ」
となっております。
是非是非
お楽しみ下さい。

Kuni卓 12月 カレンダー

- 3日(水) 卓球教室 10:00 ~ 12:30
- 4日(木) コーチ陣・試合
- 5日(金) 卓球教室 11:15 ~ 12:45
- 8日(日) 卓球教室 10:00 ~ 12:00
- 10日(火) 卓球教室 10:00 ~ 12:30
- 大志年会
- 12日(木) 卓球教室 11:15 ~ 12:45
- 15日(日) 卓球教室 10:00 ~ 12:00
- 17日(火) 卓球教室 10:00 ~ 12:30
- 18日(水) クニ卓ダブルス戦
- コーチ陣 試合
- 19日(木) 卓球教室 11:15 ~ 12:45
- 22日(日) 卓球教室 10:00 ~ 12:00
- 24日(火) 卓球教室 10:00 ~ 12:30
- 26日(木) 卓球教室 11:15 ~ 12:45
- 29日(日) 卓球教室 10:00 ~ 12:00
- 30日 ~ 年始 お休みとなります

変更する場合がありますので、詳しくはスタッフまでお願いいたします。

山岸リコーチ突撃インタビュー

岸 練習で心がけていることは、なんですか？
岸 一番意識していることは、サグ・レシーブです。どんな練習でもサグ・レシーブは絶対にしなくてはなりません。なので、絶対に、ミスも抜きません。

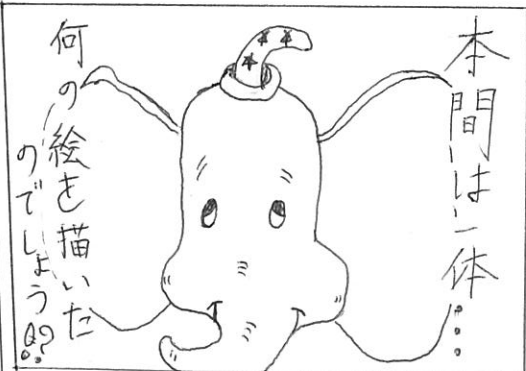
本 試合前に心がけていることはなんですか？
岸 自分の良かった時を思い出して、良いイメージを持って、試合に望めるようにすること。

岸 試合中に心がけていることは、なんですか？
岸 試合中、一本二本良かったところと、悪かったところを、整理しながらプレーすること。

岸リコーチ
座右の銘
練習は不可能を可能にする。

ワンポイントレッスン

Q. サーブが上手く出せなくて、相手に打たれてしまう。
A. まずは回転量よりも、長さ・高さを中心にみて下さい。回転に気をくばりすぎて、長さ・高さがあまくなっている可能性があります。どんなに回転量が多くても、高くなってしまうと打たれやすくなってしまいます。まずは、短くて低いサーブを出せるように練習できると打たれにくくなると思います。



本間は一体...
何の絵を描いたの？
本間新聞第3弾は...
ツブ高ラバー特集
色々なラバーの特性も紹介。