

# Kunihiro Table Tennis



# Honma Newspaper NO.25

~ November ~

## 今日の休業日

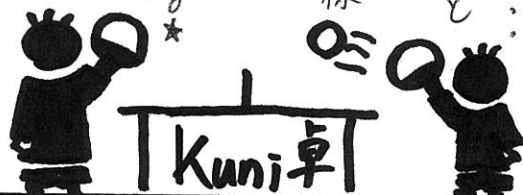
4日(月) 萩窪店  
23日(土) 代々木店

どちらもお休みさせていただきますので、お間違ったのはいやうにお願致します。

お間違ったのはいやうにお願致します。

お間違ったのはいやうにお願致します。

早いもので、もう11月...  
今年も残すところあと2ヶ月です。ねえ。  
2013年及。今年目標は達成できましたか？  
僕は2013年及。  
★1日に10回人を笑わせる★  
という目標をたてました。  
今のところ良い調子じゃないかなと思えます。  
今年一年を振り返ってみると、私事ではありましたが、結婚という人生においての大きな節目をむかえました。次山の友にお祝いの言葉を頂き、幸せそうです。本当にありがとうございます。残り1ヶ月です。残り1ヶ月練習はクニヒロ卓球でね。  
11月も楽しんで頑張りましょう☆



## 大感謝セール やるよ~

11/17(日) ~ 11/22(金)

# 20~50%

クニヒロ卓球 萩窪店にて開催

通常10%の商品が20%OFF

20%の商品が30%OFF

その他★超お得な大特価品も多数★

## ガラガラ抽選会

先行予約 → +2

会員証提示 → +1

¥3,000-お買上げ → +7

## 特賞~岸ツ聖也選手 ウィンリDVD~

他にも豪華景品多数

お楽しみは~

## 11/17(日)卓球教室開催

① 10:30 ~ 12:30 萩窪店にて

② 14:30 ~ 16:30 代々木店にて

## 多球練習と一球練習

多球練習というのは、教室などで行っている、沢山のボールも打つ練習のことです。逆に、一球練習とは、一つのボールで練習するラリーのことです。

### 多球練習

多球練習は、ミスしても、どんどんボールが出てきます。

その為、ミスも気にせず、練習することができ、正しいフォームなど、身に付きやすいです。しかし、ミスも気にしないで、雑なプレーが増えたりすることもあるので注意。

一つの技術のフォームを正確に身に付けた時や、少し自信がもてない難しい技術と身に付けた時などに、多球練習は有効。

### 一球練習

一球練習は、ミスしたらラリーが終ってしまう為、ミスとしない様に意識しながら、正しいフォームが身に付きやすいです。逆に、ラリーだと、ミスとしない様にと気にしすぎて、強いボールを打ちにくくなってしまったりという欠点もあります。

★多球練習と一球練習、どちらが練習になるというのはありません。どちらもバランス良く練習することが大切です。最終的には、試合というのを考えると、試合はラリーの連続です。多球の試合はないので、最終的には、強いボールと安定させて、ラリーを続けるというのが大切だと思えます。何事も練習です！今日も楽しく練習頑張りましょう。

菴本コーチ・全日本マスターズ・ベスト16