



お知らせ
7月16日(土)
予約制卓球教室

24名

コーチ陣が何名か試合の為、
狭瀬土曜教室を予約制と
させていただきますので、お間違え
のないよう、お願い致します。
尚、代々木店・休業です。

夏も元気に卓球たいっせ
します。
菴木・山岸ツ。今福・笠松で出場
します。応援よろしくお願
い
します。

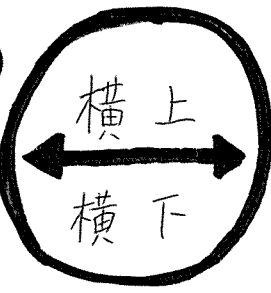
今年は何年よりも暑い日
多い気がするの、は私だけ？
どうも、こんちは！。本間です。
まだ梅雨明けもないんですか、
雨でジメジメしますが、沢山汗を
流して、ふきとばしましょ。盆
今月はレシイブについてです。
是非参考にしてみませう。
7月16日は、全日本クラブ選手権
が大阪で開催されます。
菴木・山岸ツ。今福・笠松で出場
します。応援よろしくお願
い
します。



~ レシイブの基本 ~ 相手を良く見る ~

ロング・ショート2種類のサーブ

基本的には、スピードの速い、
ロングサーブがきても大丈夫な様に構える。
ショートサーブを待たない、ロングサーブがくると、
びくくりしてしまったり、台に寄りすぎたり、
良いレシイブがしにくい。
※ 相手のサーブの割合を考慮する。どちらのサーブ
が多いのか？ ショートサーブの方が多ければ、
ショートサーブ待ちでもOK!



ボールの後ろ、
背中を横に
こすって出す
横回転。

単純にボールの
横をこすって
横回転を出す
方法。

レシイブ時に大切な様々なバド得や、相手のサーブ
の回転を見分けるポイントを紹介致します。

★考え方★



- 相手のサーブの出し方を
- 見る力。良く見る。
- 相手と同じ所を融る。
- 考える力。
- コースを狙い、その通りにレシイブできたか？
- (思ったより、右左にいった。回転に負けたり)
- 確認する力。

※ ただ横をさわっただけでは横回転は入りません。相手のスイングスピードがはやく、リボールをこすったかが大切ですよ。

常に頭をつかい、イメージする。