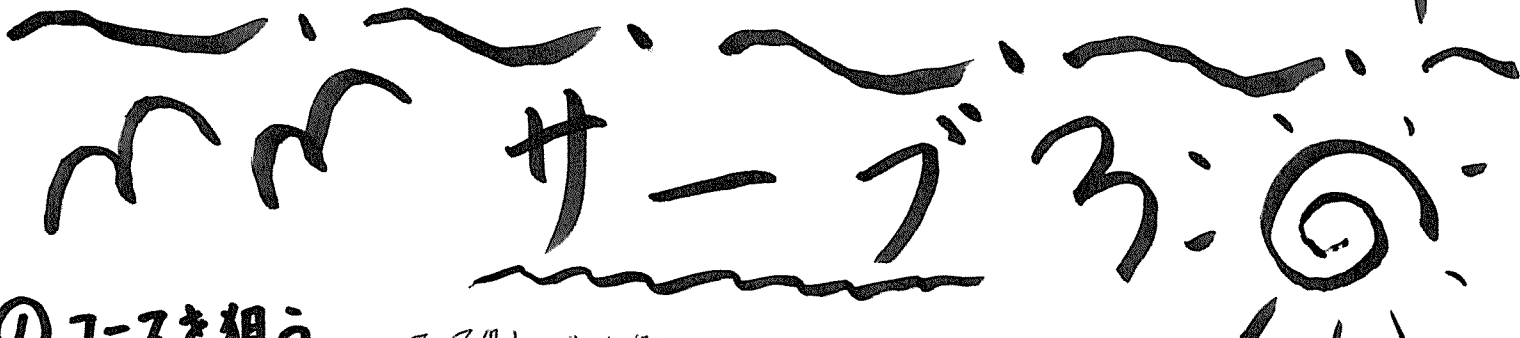


クニヒロ卓球 ～ 8月号～

本間新聞 第58弾



① **コースを狙う** ... フォア側、バック側とは、きり裂いたコースだけでなく、細かく狙う事が大切。ミドルよりのバック、ミドルよりのフォア、など台を2分割りでなく、6分割り、8分割り位で考えられると良い。相手の立ち位置をみま、サーブを出すコースを決めるのも大切。ケレコースを変えるだけで、レシーブの感覚も変わるので効果的。

② **長短も狙う** ... 長いサーブがくると思っ、短いサーブや、短いサーブだと思っ、構えている人に、長いサーブも効果的。どちらかと言うと、後者の方がより、効果的。まずはしっかりと短いサーブが出せる様に練習しましょう。その後、ショートサーブと似たイメージから長いサーブを出せる様にすると良い。

③ **回転量の差** ... F回転のサーブと上回転のサーブなど、回転の差が自然と出やすいサーブは、ごまかしにくい... ここで大勝負なのが、ナックルサーブの多様である。ナックルは、同じ様なスイングで出しやすいので、気付かれにくい！サービスエースは、おまけの必ずる球目をイメージしてサーブを出しましょう。



全日本クラブチーム
選手権(2部)
優勝!

おかげ様で優勝できました。沢山の応援ありがとうございました。いましめた。又優勝祝賀パーティにご参加いただいた皆様、おもしろい時間をありがとうございました。

恒例
夏の卓球教室
ドリニングサービス

8月4日から8月20日の期間内で開催される月・木・土の卓球教室に参加していただく方は全員に、ドリニングをサービスさせていただきます。

熱中症になりやすい時期ですので、水分補給をしっかりと、お水も卓球していただくだけでもいいと思います。

