

# 2019年度女性アスリート強化育成事業報告書

令和元(2019)年6月23日

6月16日(日)、屋板運動場テニスコートで元プロテニスプレーヤーの涌井コーチによるレッスンを行った。参加した選手は、小学生及び中学生の女子8名と少なかったが、その分、一人ひとりきめ細かな指導を受けることが出来た。

午前中は、テニスで大切なフットワークの練習を中心に基本練習を行った。昼休みには沢山食べるというミッションが与えられた。強い選手になるには食べる事はとても大切なことであると指導された。午後は、ドライブボレーの打ち方を分かり易く指導していただき、常に攻める気持ちを持ちながらゲームを進めることの大切さを学んだ。

最後に涌井コーチからテニスに対する心構えのアドバイスを聞いた。どんな一流のコーチ、例えばマイケルチャンに教われば誰でも強くなる訳ではない。本人が強くなりたい気持ち、目標をもって自ら行動しなければ強くは成れない。

次回、涌井コーチが来県した際には、今回教わったことが少しでも出来ている事を期待しています！

最後に、熱心に指導して下さった涌井コーチに感謝申し上げます。

