

指導者テニス講習会

平成30年 3月18日(日)
南部屋内運動場

本年度も黒田祐加 コーチ(公財)日本テニス協会普及指導員)を迎えて
35名が参加して講習会を実施しました。



午前中は世界のジュニア向けのトレーニングについて動画見ながら講義して頂きました



動画の内容に興味がある方は上記URLを参照ください

午後はP & Sのステップに沿ってボールとラケットを使ったトレーニングやコートサイズを変更する事でトレーニングの目的を変更する方法を紹介頂きました



その後グループに分かれ、トレーニング方法を考えて発表しアドバイスを頂きました。

