

指導者講習会

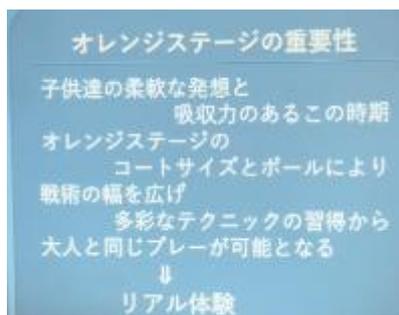
令和元年12月15日(日)

松本市：南部屋内運動場



黒田コーチと参加者の皆

座学にて黒田コーチから最新の情報を共有して頂いてからオンコートへ



判断スピードを速くするためのトレーニング

スマッシュでの距離感を取りやすくする練習方法や安定したトスの方法
最後はスピンサーブとキックスーブの打ち分け方法まで教えていただきました。

