

APRIL 15

1995

宮城県壮年テニス連盟

会報 第19号

※※※※※※※※※※※※※※ 10年のあゆみ ※※※※※※※※※※※※

委員長 山本 忠

「十年一昔」とは「世の変遷のはげしいこと」も指すそうです。10年前はテニス愛好者は、僅かにあったテニスクラブに所属するか、勤務先のテニス部で狭い範囲の人とゲームするだけでした。公式戦といえば県主催の年4回の大会があるのみでした。2年後の1988年に厚生省主催の「全国健康福祉祭（女子60歳、男子60歳、65歳）」が始まり、当テニス連盟に選手の候補推薦を依頼してきました。この時初めて、同好会的集団であつた当テニス連盟が、少し公的に認められたかなと感じたものでした。1991年、予選を行い上位の人から推薦することとし、「宮城県シルバーテニス大会（女子55歳、60歳、男子60歳、65歳）」を発足させました。その後歴代委員、幹事の努力の結果、この大会は「宮城県テニスマスターズ大会（女子50, 55, 60歳、男子60, 65, 70歳）」と名前を替えて春秋二回の県テニス協会主催の公式大会となりました。

また、せっかく全国福祉祭で顔なじみになった近県の皆様と年一回位はテニスを通じて交流しましょうと、1991年「東北シルバーテニス交流大会（女子55, 60歳、男子60, 65, 70歳）」を発足させ（県テニスマスターズ大会が予選となります）、夜の二部も盛大に行っております。

この10年間に、こんなにテニス環境が変わりましたが、当壮年テニス連盟の運営の方は如何がでしょうか。運営委員、幹事一同「十年一日のごとく」にならないよう心がけていますが、遠慮のないご意見、ご指導を頂きたいと思っております。

それから申し上げにくいことですが、会費の値上げについてお願い申し上げます。発足当時、年会費2000円（家族3000円）として、通信連絡費や会報および名簿発行の費用にしておりました。（大会、月例会等のボール代、コート代などは当日の参加者負担として別会計） 当時、運営委員会は東北大学の会議室を無料で使用させていただき、コート取りの電話代や足代も自弁でした。10年たった現在は、郵便料金の値上がり、市営会議室の有料使用、県テニス協会加盟費等費用がかかるようになりましたので、この3月25日の委員総会にお計りして、今年から5割の値上げをさせていただきました。より一層のきめ細かな連絡、会報の充実、更に面白いテニス企画など運営委、幹事一同努力する所存です。どうかよろしくお願い申し上げます。

※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※

[目 次]

P

※10年のあゆみ	委員長 山本 忠	1
※平成7年度前記委員総会報告	副委員長 中村克宏	2
※対いわきVTC親善試合を終えて	川口温弘	3
※10周年記念行事	副委員長 中村克宏	3
※県テニス協会主催競技会		4
※テニス用語		4
※平成6年度決算書 平成7年度予算書		5
※シリーズ「より楽しいテニスを」No.12	高橋龍夫	6
※新入退会員紹介		7
※平成7年度年間行事予定表		8
※東北シルバーテニス交流大会		8
※ねんりんピック'95		8

【 平成7年度運営委員 幹事役割分担 】

委員長	忠宏	山中	克温	田口	和玉	菅武	千日	高坂	伊大	高賀	藤賀	爪藤	高橋	利行	子ヤ	子子	雄二	子子	枝	志津	雪	満鴻	佑明	ミ一	延龍
副委員長																									
競技担当委員																									
庶務担当委員																									
広報担当委員																									
会計担当委員																									
幹 事																									

★平成7年度前期委員総会報告★

副委員長 中村克宏

平成7年度前期委員総会が3月25日 18:00より片平市民センター会議室で開催されましたのでご報告いたします。

◆出席者：山本忠委員長

(代表委員) 石亀希男 酒井秀章 岡崎幸子

渋谷陽子 飯野雅(委任) 平井正光(委任)

鈴木議一郎(委任)

(運営委員) 中村克宏 川口温弘 千葉鴻二

坂爪ミヤ 菅野志津子 和田美代子

(幹事) 伊藤一利 大賀延行 高橋龍夫

山本委員長より「10周年記念行事を行うにあたり、実行委員会を構成し、極力魅力のある行事を計画し、その実行にあたる所存であるので皆さんのご協力をお願いしたい。」旨の挨拶があり、引き続き以下の事項が審議されました。

(1) 報告事項

①会員移動について菅野委員より報告。会員総数339名。男子171名、女子168名となりその割合はほぼ半々にたつした。

②室内グリル大会(キリSC 2/11, 3/21)について川口委員より報告。3/21に欠席者が4名出て、若干の赤字運営になったが、やむを得ず欠席される場合は補充の都合もあるので、出来るだけ早目に連絡いただけるとありがたいとの意見が運営委員より出されました。ご協力をお願いします。

③会報NO.19の発行について千葉委員より報告。4月15日発行を目処に関係各位に原稿執筆依頼中。

④故菊田絢子さんのご遺族より当連盟に対し寄付の申し出があり、これをお受けすることとし、用途等についてはご遺族とのお話をすることになりました。

(2) 審議事項

①年会費について山本委員長より提案があり、原案通り以下のように値上げが了承されました。

個人会員;3000円：家族会員;4500円

②10周年記念行事についてその内容については「実行委員会」に委ねることを再確認し、代表委員諸氏のご意見をうかがいました。広く会員各位のご意見、企画をお待ちしております。

③平成7年度年間行事について川口委員より説明。原案通り了承されました。

④平成6年度決算案について坂爪委員より説明。原案通り了承されました。

⑤平成7年度予算案について坂爪委員より提案説明原案通り了承されました。

⑥酒井代表委員より「現行ではクラブ代表委員がその所属クラブの会員の意見を総括し、委員総会において発表し、連盟の運営に会員の意志を反映させることが難しい。規約の主旨は是としても、もう少し現実的に実行可能な方法はないか」との主旨の提案がなされました。「決議機関として、現行の委員総会にかわり、一般会員参加の総会形式にしたらどうか」等の問題提起もあり、山本委員長より「10周年を機会にし、連盟規約の見直しも必要と考えている」との発言がありました。

以上

決算書、予算書、年間行事予定については別項掲載の資料をご覧下さい。

※※※※※※※※※※※※※※※※

■對いわきVTC親善試合を終えて■

川口 温弘

平成6年は、当連盟がいわきVTCを迎える年でありテニスコート宿泊等諸条件のよいところはないものかと、2, 3の候補地をあげ、運営委員会で健闘の結果、蔵王町遠刈田温泉の町営のサン・スポーツランド蔵王のテニスコートを会場として行うこととなりました。その間、関係者により2, 3度現地に足を運び、テニスコート、宿泊の部屋および安全度、温泉の状況（内風呂、桧造りの町営浴場）、いかにすればより楽しくプレーしていただけるか等、きめ細かにチェックしてその準備の周到を期して計画いたしました。

24日（土）の午後の練習には、ほとんどの方が参加され、本番さながらの練習とゲームが行われました。16時過ぎには、遠刈田温泉の大忠旅館に入り、宿の風呂で疲れを癒し、明日の親善試合に備えて英気を養いました。18時から大広間において懇親会が行われ、前年の覇者、いわきVTCに負けじと今回企画の「ジャンケン大会」を盛り沢山の賞品を前にして、賑やかに、最初はグー、ジャンケンポンと負けては相手を求める、勝っては拳をにぎりしめ負けた人からカード一枚頂き、多くのカードを手にしようと、右に左に勝てそうな相手を捜し求めている姿は童心にかえったようで皆さんいい笑顔で楽しまれ、会は一気に盛り上がりました。その後即興で寸劇「七夕」を演じるナド余興を楽しみました。全館貸切でしたが予定時間オーバーのため明日の対戦に必勝を期して、三、三、七拍子で中古締めとしました。同大広間に二次会の場を設け、両陣

宮の精銳が集い、酒に歌にさらに舌戦に挑み、時の過ぎ行くのを忘れ、、、、、深夜近くお開きと致しました。

いよいよ対戦の日、夜来の強い雨も早朝には弱まりましたが七時頃はまだ霧雨模様でその実行が危ぶまれる朝でした。西の山々や雲の流れを祈る思い出見つめ、時を過ごすやちに雨も上がりコートもなんとかプレー出来る状況となりましたので、予定通り試合を行いました。参加者はいわきVTC側20名、当連盟側42名で対戦結果は、当連盟の5勝11敗でした。伯仲した熱戦の展開でしたが残念な結果となりました。

さて、楽しみにしていた昼食は、よい思い出とより親睦を深めたいものと「芋煮会」を企画いたしました。雨を心配しつつなんとか野外で行いたいものと諸準備をしてきましたが、会場の地盤の状況から困難と判断して、予め予約しておいたコート近くの町の公民館で多くの方々の協力を得て行いました。煮込みの途中のガス切れのトラブル、、、運良く近くの店から仕入れることが出来、ホッとした一場面もありましたが無事昼食会を終えることが出来ました。

午後、来年の再会を約しつつ、さようなら、、、ありがとうございました、、、、とお別れをいたしました。雨に振り回されはしましたが、皆さんの温かいご協力とご支援により親善試合を無事終了することが出来ました。

ありがとうございました。

この一文は会報No.18に掲載予定でしたが、紙面の都合上で本号に掲載となりました。参加された会員の方々のご協力もあり、雨に悩まされながらも楽しい親善試合であったと、いわきVTCより感謝のお便りもいただいております。今年は主幹がいわきVTCです。まだ先方より日程および会場等の連絡がありませんのが、例年ですと、9月の中旬から下旬にかけて開催されております。皆さんのスケジュールの中に「いわき行」の日程をいれておいて下さい。

※※※※※※※※※※※※※※※※

【宮城県少年テニス連盟10周年記念行事】

副委員長 中村 克宏

昨年、平成6年後期委員総会で平成7年度内に10周年記念行事を行うことが決議されました。これを受けて実行委員会の設立と構成員の人選を経て、平成7年3月3日に第1回目の集まりがありましたので報告申し上げます。実行委員のメンバーは山本委員長のもとに元委員長、副委員長、幹事をおやりいただいた村上和夫、新藤英雄、上山弘、瀬野尾秩、菅野義治、本間満雄、山内弘、代表委員より石龜希男、酒井倭子、渋谷陽子の10氏と現行の運営委員および幹事より構成されております。

第1回目の会合ということもあり、満10年に達していないので平成7年度にやったほうがいいのではとの意見もありましたが、前年度の委員総会での審議決定事項でもあり、今年度に実施ということで準備を進めることになりました。

企画案については運営委員会の討議でひとまず次の事項が取り上げられております。

(1)連盟規約の改訂（10年の経過で見直しの必要も出てきている）

①議決機関としての委員総会を一般の会員を入れた総会とする。

②会計監査役をおく。

③その他

(2)記念行事

①記念テニス大会 開催日としては7月23日、10月15日の月例会、8月20日の技量別大会に予定されている日等が候補にあがっていますが内容についてはまだ決まっておりません。広くご意見をお寄せ下さい。

②祝賀会、年長者（77歳以上の案あり）表彰式

③その他。女子連も本年10周年を迎えるとのことでこれとの絡みも考慮する)

(3)その他

①年会費の値上げ。これに関しては平成7年度前期委員総会で議決されました。

②各委員の業務内容、人員補充を考える。

③会員間り連絡網を作る。

④記念号会報をいれて会報用のバインダーを全会員に配布する。

⑤記念号の記事依頼を会員以外にもお願いする。

今後も実行委員会を通して早急にぐたい案を作つて行きたいと考えております。ご協力をお願い致します。

※※※※※※※※※※※※※※※※

【宮城県テニス協会主催の競技会】

宮城県テニス協会では公式戦で開催する年齢別種目を従来の男子45歳以上および55歳以上の種目から大幅に増加し、今年度は次のような種目の開催が予定されています。

男子 45歳以上(S25,12,31以前出生) 単複

55歳以上(S15,12,31以前出生) 単複

60歳以上(S10,12,31以前出生) 単複

65歳以上(S5,12,31以前出生) 単複

70歳以上(T14,12,31以前出生) 単複

女子 40歳以上(S30,12,31以前出生)	単	複
50歳以上(S20,12,31以前出生)	単	複
55歳以上(S15,12,31以前出生)		複
60歳以上(S10,12,31以前出生)		複
65歳以上(S 5,12,31以前出生)		複

春季テニストーナメントおよび宮城県テニス選手権大会においては上記全種目を、春季および秋季テニスマスターズにおいては、男子60歳以上および女子50歳以上の複の全種目が開催され、年間4回の大会に出場することが可能になりました。協会主催の大会に出場するためには、団体登録(宮城県壮年テニス連盟)の他に個人別登録(登録料1,500円)が必要になります。出場を希望される場合は協会所定の申込用紙に必要事項を記入し直接に協会宛て申し込まれるか、あるいは、連盟事務局まで申し出て下さい。大会の日程等は会報の年間行事予定表をご覧下さい。申込はどの大会も大会期日のほぼ1ヶ月まえから始まります。宮城県の一般プレーヤーの若々しいプレーを見ながら緊張感のある公式戦に皆でチャレンジしてみようではありませんか。試合方法は男子55歳、女子50歳までは一般種目と同様にノックアウト方式ですが、男子60歳、女子55歳以上の複についてはラウンドロビン方式の採用もあります。ただし、どの種目も3組以上の参加がない場合は開催されません。奮って参加しましょう。尚、日程についてはどの大会も毎年ほぼ同じ時期に開催されております。貴方の年頭のスケジュールの中に組み入れて下さい。

※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※

【 テニス用語 】

日豪親善ペテランテニス大会への斎藤久仁子会員の参加あるいは北京国際ペテランテニス大会への久保寿一会員、室賀創会員、本間満雄会員等の参加等、当壮年テニス連盟の会員諸氏が外国で開催される国際試合に出場され活躍される機会が増えております。海外で開催されますペテランの国際テニス大会の開催要項は日本テニス協会宛てに毎年送られてまいりまして、その中から主な大会について日本テニス協会からは前年度または過去に日本ペテランテニス選手権大会に出場した選手を中心に案内があります。しかし、国際大会に出場出来る選手は全日本ペテランテニス選手権出場選手に限ってはおりません。原則として、日本テニス協会の推薦を要する大会もありますが、個人的に申込が出来、大会主催者側のアクセプトがあれば参加出来

る大会も多いのです。この国際大会への参加方法や大会の種類等につきましては次号で詳しくご紹介することといたします。今回は、国際大会等で用いられておりますテニス用語のうち、私達が日常使用しているテニス用語と顕著に異なる二三の用語のご紹介をいたしましょう。次に載せます一英文はITF(国際テニス連盟)主催でオーストリヤのベルデンで開催される「女子50歳以上」の団体戦の国際選手権大会「THE MARIA ESTHER BUENO CUP」要項の一部です。

The Competition is played on a knock-out principle, each match consisting of two singles and one doubles. Each team shall consist of minimum of two and a maximum of four, which shall include a playing Captain; Players must have reached the age of 50 years by the 31st December 1995. There will be a round robin team consolation event to give a complete ranking of all teams.

お気付きの方もあろうかと思いますが、私達が一般的に「勝ち抜き戦」という意味で使用しております「トーナメント(tournament)方式」は「knock-out(ノックアウト)方式」といっております。米国では「elimination(エリミネーション)」といいますが、ノックアウト方式が一般的のようです。また、「総当たり戦」という意味で使用しております「リーグ戦」は「round robin(ラウンドロビン)」という言葉を使うようです。考えてみると、日常何げなく使用していた「トーナメント」あるいは「リーグ戦」という言葉は、それぞれ「大会」「連盟戦」を意味しており、私達が意図とする意味とは別の言葉であったようです。最近では、国内の団体戦(国体予選)等では「リーグ戦」を「ラウンドロビン」と言っております。「勝ち抜き戦」も「トーナメント」から「ノックアウト」あるいは「エリミネーション」というのが普通になってくることでしょう。当連盟ではチョッピリ世の習いに先行して「ノックアウト」と「ラウンドロビン」を使うようにしてみようではありませんか。また、テニス協会で大会等に使用しております記号の中で、X歳以上という意味で「0-X」(例えば60歳以上の場合には0-60)という記号が使用されておりますが、もれ聞く話によりますと「Over 60(60歳以上)」という意味で使用しているとのことです。しかし、これでは60歳が含まれないことになってしまします。これも、正確には、「60 and over」であり、記号としては、60&Oあるいは60/Oとかに改めてほしいものです。

先に開催されました平成7年度前期委員総会で審議了承されました平成6年度決算書および平成7年度予算書を掲載いたします。ご存じのように、当テニス連盟の経理は連盟維持運営関連と競技会等諸行事関連にわかれていますが、前者は皆さんの年会費により賄われ、後者は参加者が負担するを原則としております。疑問点がございましたら運営委員会までお問い合わせ下さい。

※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※

「より楽しいテニスを」

No.12 [VOLLEY for TWO & TEA for TWO]

高橋 龍夫

テニスを長く続けて楽しむための「コツ」の一つに自分の持っていない新しいテニスの「スキル(技)」を身に付けようと努力することだというお話を前に一度いたしました。たとえば、「今年はスライスサーブをおぼえて、セカンドサービスをもう少し威力のあるものにしよう」とか「ボレー、特にバックボレーが苦手なのでダブルスのゲームでは平行陣ができなくて、ベースライン付近でウロウロしていくいつもパートナーに申し訳ないわ。今年こそボレーをものにしなくては」というように一年間に一ヶで結構ですから目標をつくり、練習をする、そして、少しでも目標とした技が身に付いてきたと感じる時のときめきに似た楽しさがテニスを楽しく長続きして出来る「コツ」になるようです。新しい「技」を修得するためにテニススクールに入ることも考えられます。WEEKDAY交歓会の「アラカルト・タイム」に参加することもいいでしょう。各クラブの練習会もチャンスです。しかし、テニススクールにしても練習会にしても練習内容は参加生の平均的なレベルで行われます。たとえば、自分はホオアハンドボレーはまあまあ出来るので、バックハンドボレーだけを基本から教わりたいなどというアラカルト特別メニューの注文はなかなか出来ないのが普通です。まして、壮年テニス連盟のみなさんの場合には、強い弱いは別にして、すでにゲームを楽しむだけの技術は十二分にお持ちの方々ばかりですから、スクール等の全くの初心者コースには入れません。

それではどうすればよいかが今回のお話です。年齢別大会や技量別大会等でペアを組んだりWEEKDAY交歓会でゲームを楽しんだりして、すでに皆さんには仲の良いお友達がおいででしょう。この「友達」をゲームの時だけの「友達」にしないで、「個人練習」のための「友達」にもしてしまうのです。大体においてテニスの技量も総体的に同レベルの方々の組み合わせが多いようですので事が巧く進むはずです。ボレー、特にバックボレーに苦手意識をお持ちの方が多いと聞いておりますので今回はバックボレーを例にとってお話を進すめて行きます。軟式テニスの経験があったり、比較的非力な人にも力強いボールが打てるからという理由から、あるいは、最近のテニスの傾向とも相俟って厚めにラケットを持つあるいは握る方が多いようです(アーリドストローク)。ボレーの苦手な方の多くはこのラケットの握りのまま、ボレーをしていませんか。厚めにラケットを握っているために構えた時のラケットはトップが上にくる、いわゆるラケット立て型になってしまいます。この構えの良いところは、ネットにぴたりとついた場合、「蠅叩き方式」でラケットのオモテ面だけを使ってフラットな力強いボレーが出来るということです。軟式テニスの前衛のボレーです。しかし、テニス(硬式)のようネットからやや離れて並行陣をとることが多い場合には全く不向きな「握り」なのです。お解りのように、ネットより低い位置でのボレー、

それも体から遠い位置に飛んでくるボールをホア、バックの区別なくボレーするためにはラケットのトップをやや下げて、両面を使うことの出来る「握り」にしなければなりません。また、ボールを低い位置からネットを越して相手のコートに運ぶためにはバックスピンのいわゆるスライスボールが有効です。このボレーをするためにはラケットの両面でボレーが出来、ボールにバックスピンのかかる「薄い握り」にしなくてはなりません。この「薄い握り」もリストの強さ、指の強さ、手の大きさ等に個人差があり、一概にこれだ!という定番はありませんが、要はラケットの両面を使ってホアハンドとバックハンドボレーが同じ感覚ができる握りであればよろしいのです。さて、ラケットの握りをうすくしてみました。今までの厚い握りの時に比べて、力が入りにくく、ラケットにあたったボールが上の方に飛んでしまう様な不安感がありませんか。このさあ、今からが「友達」の登場です。貴方は「薄い握り」でラケットを持ち、バックハンドボレーをする構えをして下さい。ラケットは地面と水平になるぐらいにヘッドを下げて、右手を真下にかかるく伸ばしましょう。右手の甲とラケットの面が同じように20~30度の角度をもって上方向を向いており、面の位置は体の左前になっていますね。両足は肩幅くらいに開き左足をややひきかげんにし、膝をかるく曲げてバネが利く状態にしておきましょう。さて、「友達」にお願いをして2~3m離れた位置からボールを下からトスをするように貴方のラケットの面に向かってほうつてもらいましょう。最初は緩やかでボールに回転を加えないよう、生卵をほううのような感じで投げてもらいましょう。近くからですからボールはかまえた貴方のラケットの面に間違いなく飛んできます。ボールをよく見て、ラケットの面を上向きのままにしてラケットを押し出す感じで打ち返して下さい。この時注意をすることは、ラケットをしっかりと握り、相手が投げてくれたと同じくらいの緩やかなボールがかえるように心懸けてください。そして、投げてくれた「友達」の右手の位置に向かってボールが飛んでゆくようにします。最初はボレーしたボールがいろいろな方向に飛んでいますが、10球、20球と打つうちにだいたい思った方向に飛ぶようになります。慣れてきましたら次はボールに意識的にバックスピンをかけてみましょう。ボールは自分が考えているよりはるかに上の方向に飛ぶことになりますが、これも20~30球打つ間に、スピンドルのかけ具合とボールの上方への飛び具合の関係が掴めかけてきます。ここまで来たらもうしめたものです。そろそろ右手の手首が疲れてきました。さあ、今度は貴方がボールをトスし、「友達」がボレーをする順番です。ここまで練習はコートの中でなくても出来ます。ゲームの順番を待つ間にコートサイドでも出来ますし、雨天や強風時、あるいは夜間にだって貴方の家の中でも出来るとおもわれます。新しい「技」の修得は正しい方法で何回も同じ動作を繰り返し、「カラダ」に憶えさせることにあるといわれています。「なんだかバックボレーが出来る感じだわ。」となっていましたらコートにはいって次の段階の練習です。これ以後**

平成7年度新入退会会員名簿

昨年12月25日発行の会報No.18以降に入退会された方々を紹介いたします。会費未納による自然退会扱いにいたしました会員については省略させていただきます。女子会員の新規加入が増えた結果、男子会員と女子会員の比率はほぼ半々となりました。このままの状態で推移しますと、間もなく女子会員が半数以上を占めるのも時間の問題のようです。なお、運営委員会よりお願ひがあります。転勤、体調不良等の理由で退会されます時は、早めに事務局までご一報をお願いいたします。会報、大会行事等のご案内に掛かる費用の削減になります。ご協力をお願いいたします。

月日 氏名

2/2 岡田耕二

岡田美紀子

2/14 和泉寛子

2/20 虹川正弘

会員総数 339名 単会員 199名 家族会員70組(140名) 男子 171名 女子 168名

※※※

の練習は「わたしのボレーはだいたい大丈夫」と思つておいでの方も試してみて下さい。ネットの間際に立ちましょう。自分の体はネットのこちら側、ラケットおよび右手はネットを越し向こう側に出るようにかまえます。ラケットの位置はネットより低い位置にありますね。前と同じように2~3m離れた位置からボールをラケット目掛けてトスしてもらい、ボレーをしてみましょう。ネットが邪魔をしてラケットが引けません。ボールを打ち返すためにはどうしてもラケットを前方に押し出すようにしなければなりません。ラケットを押し出す感じでボールをラケットの面に乗せようにして目的方向にもってゆく感覚をこの練習で身につけましょう。ボールの回転はスライス回転（バックスピス）です。回転をかけると同時にボレーしたボールのスピードをコントロールできるようになります。ここまで練習でバックボレーの感覚は90%貴方のものになりました。残りの10%は実際にラケットで打たれたボールをボレーする練習です。サービスラインの1mぐらいネットよりにバックのローボレーの構えでボールを待ちます。「友達」はネットの反対側のサービスライン付近からラケットによる球出しの要領で構えているラケット面めがけて少し緩めのボールを打ってあげましょう。ボレーしたボールがネットを越して「友達」の体をめがけて飛んで行くようにボレーしてみましょう。始めの2、3球はネットしたり、高く飛んだりするでしょうがすぐに素晴らしいボレーボールが「友達」の体めがけて飛んで行くことでしょう。「ああ、これがバックボレーの感じだわ！」こんな言葉が聞こえてきそうです。さあ、最後の段階にはいりましょう。貴方はもう1歩ネットに近づきましょう。「友達」はベースラインからボールを打ちましょう。ボレーしたボールが確実に「友達」のホアハンドストロークができる位置に落ちるようにしてください。貴方のバックボレーと「友達」のホアハンドストロー

クが対話をするように連続して出来るようになりましたね。

ここまで来れば貴方はバックボレーに関しては一流プレイヤーの仲間入りです。最初のハンドストップのボレーから最終段階のボレーが出来るようになるまでに要する期間は人様々であります。器用な人、あまり器用でない人、熱中して練習出来る人、そうでない人、いろいろです。しかし、一番大事なことは、「よし！なにがなんでもボレーを自分のものにしてみせるわ」という気持ちだと思います。このようにステップを踏んで練習をし行きますと、新しいテニスの感覚が確実に自分のものになってゆくのが感じられます。自分一人だけでなく、「友達」と同じように上達をして行くことが肝心です。「今日はこんな感じが解ったわ」「貴方ももうすこしよ。明日はきっと巧くゆくわ」練習後の二人で飲むコーヒー（ビール？）の味は格別です。

今回はバックボレーの練習を例にとり、お話をしました。ボレーの修得方法には沢山の方法がありますが、要はステップを踏んで上達してゆくのが自分自身で感じ取れることが練習を長続きさせ、最後の目標に到達出来る良い方法の一つではないでしょうか。「友達」にお手伝いしてもらしながら二人で練習をするメリットは、新しい技術を修得することだけではなく、ダブルス時のコンビネーションを培う場にもなりますし、球出しをしたり、ボレーされたボールをストロークすることが実際のゲームに非常に役立ちます。

「生きているボールを打つ」と言葉があります。試合中、自分のコートに打たれたボールをサービスをのぞいてノーバウンドあるいはワンバウントで相手コートに打ち返すことです。ストロークボールありボレーボールあり、スマッシュボールもあるでしょう。この「生きているボールを打つ」練習が「友達」と行う練習のもう一つの目標でもあります。頑張って下さい。

平成7年度宮城県壮年テニス連盟
年間行事予定表

宮城県壮年テニス連盟関係			東北、宮城県、仙台市テニス協会関係等		
月	日	曜日 行事名	月	日	曜日 行事名
4 18	火	WEEKDAY交歓会	宮	4 15~	県春季テニスマスターズ
5 10	水	WEEKDAY交歓会	青	5 9~	女子連10周年記念会
5 27	土	年令別ダブルス大会	泉		
6 15	木	WEEKDAY交歓会	宮	6 3	県春季テニスマスターズ
6 25	日	月例会	青	6 24~	県シングルス選手権
				6 24~	市民大会
7 14	金	WEEKDAY交歓会	宮	7 1~	国体予選
7 23	日	月例会	泉	7 23~	市民大会
8 9	火	WEEKDAY交歓会	宮	8 4~	東北バーテニス選手権 天童
8 20	日	技量別ダブルス大会	泉	8 5~	県民体育大会シングルスの部
				8 12~	〃 ダブルスの部
9 6	水	WEEKDAY交歓会	青	9 9~	県選手権 泉,宮
9 17	日	月例会	青	9 8~	県朝日レディス予選 宮
9		対いわきVTC親善試合(日程等未定)		9 7,8	東北シルバーテニス交流大会 青森(岩木山公園)
10 5	木	WEEKDAY交歓会	宮	10 21~	ねんりんピック 島根
10 15	日	月例会	青		
10 21	土	混合ダブルス大会	泉		
11 5	日	対女子連定期戦	泉	11 3	県秋季テニスマスターズ 宮
11 10	金	WEEKDAY交歓会	宮		
12 2	土	懇親会	未定		

【会場】 宮：宮城野原庭球場 青：青葉山公園庭球場 泉：泉総合運動場

※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※

★東北シルバーテニス交流大会'95★

今年の東北シルバーテニス交流大会は、青森県の主幹で岩木山の麓にある岩木山総合運動公園テニスコート（砂入り人口芝コート）において9月7, 8日の両日に開催されます。「おいわきやま」を真上に仰ぎプレーが出来ますので、ロビングは山頂を目指して打ち上げる感じとなります。コートのすぐ側を岩木山からの清渓が流れ、公園管理棟には清潔な温泉風呂がいつでも利用出来るようになっております。宿泊は百沢温泉の予定です。6月3日に開催されます春季テニスマスターズおよび昨年度の秋季テニスマスターズの戦績が選手選考の資料となります。テニスマスターで燃えましょう。

★ねんりんピック'95★

島根県出雲市にあります県立浜山公園テニスコート（砂入り人口芝）が今年のねんりんピックの会場になります。昨年は宮城県チームが不参加で仙台市チームのみの参加となりましたが、今年度は2チームが揃っての参加となるよう希望しております。春季のテニスマスターズが選手選考会となります。奮ってご参加下さい。なお、春季テニスマスターズ参加資格をお持ちの会員には、後程、大会要項、参加申込等のご案内を事務局よりおお送りいたします。

※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※※
※ 編集発行 宮城県壮年テニス連盟運営委員会※
※
※
※
※