

日本ろう者テニス協会主催の強化合宿とテニスクリニックで 佐野村学先生によるトレーニング指導が行われました

10月11日、12日に大阪二色の浜公園テニスコートで開催された日本ろう者テニス協会主催の強化指定選手を対象とした強化合宿と協会会員を対象としたテニスクリニックで佐野村学先生によるトレーニング指導が行われました。

「股関節や肩甲骨と体幹の使い方について」をテーマに、股関節や肩甲骨の解剖学的な位置の確認とその動きの実際、そして体幹を含めたトレーニングが行われました。延べ数時間におよぶトレーニングでしたが、参加された皆様はとても熱心に行われていました。

トレーニング指導を担当した佐野村学先生は、「股関節や肩甲骨の解剖学的位置や基本動作を伝えることが出来てとても良かったです。参加された選手の皆様は、中には厳しいトレーニングもありましたが、最後まで頑張って行っていただきました。今後も基本動作の習得と実際のテニスのプレーでの実践を目標に、さらに充実したトレーニング内容になるよう精進したいと思います。」と話されました。

