

北茨城の国体コートを舞台に

元デ杯トレーナー
蝶間林利男先生
を迎えて



1白2日
9時間
徹底講習

テーマ・個人個人の動作、運動能力を見極めて・・・
・どう指導するか・どう伝えるか・・・

テニスを題材に指導者トレーニング

北茨城市 磯原地区公園テニスコート 人工クレー 16面

〒319-1541 茨城県北茨城市磯原町磯原 1206-1
TEL: 0293-44-3090 FAX: 0293-44-3091

<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7622>



バイオメカニズム・運動生理学に基づいた体育・スポーツ指導者のためのテニスを題材にした指導者講習

プログラム&スケジュール

第一日：2023年2月16日（木）

- 9:00 JR常磐線 牛久駅 東口 バスロータリー集合
- 9:10 マイクロバスで北茨城へ
- 9:45 友部サービスエリア トイレ休憩
- 10:00 友部SA出発
- 11:00 北茨城IC到着
- 11:15 昼食
- 12:30 磯原地区公園テニスコート到着
- 13:00 **テニス開始**
- 16:00 **テニス終了**
- 17:00 やまに郷作チェックイン
- 18:30 夕食・懇親会
- 23:00 就寝



指導：蝶間林 利男 先生

- ・横浜国立大学名誉教授・元デビスカップトレーナー
- ・NPO ABCA 理事長
- ・テニスフォーラム理事長、他役職多数

略歴

大学（東京教育大学）からテニスを初め、学生期間に全日本学生選手権まで上り詰め、その後、全日本テニスダブルス優勝など数多くの戦績を残し現在も軽井沢オープンなど挑戦しつづけているスーパーマン
テニスを通して技術、戦術のみならず、健康維持増進と人間教育を推進する活動を継続中・・・



アシスタント指導者：石原保彦

元茨城県テニス協会常務理事
普及指導委員長
テニスフォーラム理事

第二日：2022年2月17日（金）

- 6:30 起床
- 7:30 朝食
- 8:30 磯原地区公園テニスコートに出発
- 9:00 **午前のテニス**
- 12:00 昼食
- 14:00 **午後のテニス**
- 16:00 **テニス終了**
- 17:00 マイクロバスで牛久駅へ
- 18:30 解散 牛久駅から常磐線へ

初心者への指導の基本

- ・コーディネーショントレーニング
- ・グリップ
- ・ボレー
- ・コーティシーストローク
- ・ラリーとロブでボールコントロール
- ・ゲーム形式の進め方

中・上級者への指導の基本

- ・流れのなかでの練習方法
- ・ゲームでのポジショニング
- ・ゲームコントロールのための練習方法

実践練習

- ・ゲームを通して課題発見
- ・課題ごとに個別指導の方法
- ・面白い練習方法の伝授
- ・人の動きの基本と練習方法

略歴

筑波大学体育専門学群卒
テニスの指導を続けながら体育指導のノウハウを以下したウェブシステムを開発し学会、大学に提供するあどあどを企業し運営
現在も筑波大学と北茨城市の共同研究（体育授業分析）に携わる

横浜国立大学テニス部OBを中心としたメンバーに社会人テニス教室の普及指導員としての資質向上を目指して、初心者への指導から中・上級者（試合を楽しめるレベル）に対する指導まで、レベルに応じた指導方法や指導のポイント（コツ）をコーチング面と人体の動きに即したバイオメカニクス面からアプローチして講習を行います。

概算費用

牛久までの交通費：各自負担
牛久から北茨城往復：マイクロバス 100,127円（人数割）
高速料金：中型 往復7320円（人数割）
ガソリン：実費（人数割）
宿泊（やまに郷作1泊2食付）：13,200円（税込）+懇親会費用（実費）
その他：飲み物、温泉税、つまみ買い出しなど
テニスコート：2日3面 計27コマ 5,940円（1面1時間220円）1人500円程度
14人設定で一人概ね23,000円前後

お申し込みは専用ウェブサイトから

<http://enjoy-tennis.jp/>

