

今回はサーブのことで私の知っていることを述べてみようと思います。なぜ、サービスと言うのか！最初に打ってあげるから！なんて聞いたことがあります。本当かどうかわかりませんが、本当なら、なんと優雅な遊びだったのでしょ。

私がテニスを始めた頃、クラブにいつも教えに来てくださった友人のお父さんは「女子は上からのサーブはできない」と言っておられました。

だから、自分の娘にはさせるのだ。と私達にも教えてくれたのです。女子にはできないなんて、そんな時代だったのでしょね。あきれた話でしょ！

今やスポーツとして、体力面から精神面、あらゆる努力をしなければいけない厳しいものとなりました。

今、私は楽しむテニスを優先しています。

さて、ゲームはまず、サーブから始まります。サーブがしっかりしていれば、試合は優位に進められます。私がいつも接している滋賀の方達は、サーブより、ボレーを練習しがります。サービスエースより、ボレーで決めるほうがなんとなく気持ちいいように思えるからでしょ！

サーブは野球のピッチャーの投球動作と同じようにすればいいと言われます。ラケットをかついで、持ち上げる。8の字を描くように回す時の1部です。この持ち上げてボールを打つまでの動作を意識して打つようにすれば、回転のかかったサーブが打ちやすくなります。これをマスターするには、やはり、背筋、腹筋などを多く使いますから男子と女子の筋力の差があるのかもしれない。

私は強いサーブを打つことを思って、トスをできるだけ前にあげ、倒れるような感じで体重を利用することで力のなさをカバーするようにしていました。前に倒れるようにすると、サービスダッシュもしやすく、サーブ&ボレーをするにはいい方法だと考えたのでした。スピンなどかかったサーブは入る確率が高く、セカンドサーブに向いています。強いサーブはファースト向きですが、これらを使い分けたり、両方を取り入れたり、自分に合うのはどれかを探してください。

教えてもらうことも大切ですが、今は自分で考えられる力をつけることが最も求められているのではないかと思います。

情報の豊富な時代だからこそ、自分の選ぶことや、判断力を養う努力をしてください。私達の生活にも言えることだと思うのですがいかがですか？



お知らせ

燦々カップ

結果

5月23日(月) 大石 (参加 5ペア)

1位 杉本、中村

2位 平尾、宝本

能勢杯

5月結果

ラビッツエイト 1-2 レインボーリリー

Y. D. J 2-1 友輝

若草レディース 2-1 キューティ

フェアリー 2-1 サンフラワー

サンフラワー 0-3 ニョロニョロ

若草レディース 0-3 フェアリー

追加登録

キューティ

⑨ 米澤 富士子

5月の予定まだのところがありますがこれから暑さも厳しくなります。梅雨にも入ります。体調にも気を付けてください。



残り試合、できるだけ、6月中に終わるよう、よろしくお願ひします。

次の順位別試合は7月に1試合だけでも企画したいと思っています。残りは9月の予定です

秋から、すばる杯、燦々カップ、など

今年から、びわこ選手権の予選も企画していきたいと思っています。

素敵な出会いになりますように！