

## 観戦・練習から学ぶ

編集：山本広報・尾形強化スタッフ

平成27年7月24日(金)

### 【タイムスケジュール】

9時半	試合会場到着
10時	試合観戦・練習
16時半	ホテル着
19時	夕食・ミーティング

選手は、観戦・練習を通して様々なことを吸収しています。  
その選手のレポートをご紹介します。

### 【選手レポート】

観戦：①種目 ②選手名

練習：①練習相手

#### ★梶下怜紀

##### 試合観戦

①シングルス、ダブルス

②第一シードのハンガリーの選手、フランスの選手などシード選手

トップ選手の試合を見て回ったが、下位選手と上位選手の差が大きく開いているなと感じた。  
5年前に出場した台湾デフリンピックとあまり変化していないというのが素直な感想だ。  
世界の上位選手の試合を見て感じたが、打つ球にはさほどパワーもなくいろいろなテクニック、フットワークを軸にポイントを取っていているように見えた。  
日本の選手もパワーはないが、取り組み方次第ではこのトップ選手を倒すのも不可能ではないだろう。

#### ★鈴木裕将

##### 試合観戦

①シングルス、ダブルス

②フランスのノエル選手とミカエル選手、オーストリアの選手2人、ロシアの選手

シングルス戦は3ゲームまではお互いサービスゲームを譲らない試合でした。  
セカンドサーブも、ファーストサーブと同じくらい入っていた。  
ダブルス戦もお互いのチームがサービスゲームをキープしていた。サーブのスピードが速いと前衛がポーチに出やすい。  
やはり、ファーストサーブで球種を変えて速く打つ必要があると改めて感じた。

##### 練習

①オーストリアのNo.3の選手

各国の身長の高い選手と練習を受けたいと考えていた。実際、サーブは速くないが、トップスピンの回転が多くベースライン辺りに入れて弾みのあるストロークを打つ。  
ベースライン付近でのディフェンスのプレーが得意なプレイヤーだと感じた。  
試合観戦で、各国選手のサーブを参考に、トスと下半身のタメをタイミングよく測って打つように意識した。  
明日はリターンの入り方と返球後のポジションの確認をする予定。

## ★榛地英征

### 試合観戦

#### ①シングルス

#### ②Egor Panyushkin(ロシア)

相手のウィニングショット級のボールをしっかりと深く返していた。左右に振られてもバランスを崩さない。正確なロブを打つことができるのは凄いと思いました。

### 練習

オーストリア選手との練習試合では、バックハンドに厳しく打たれた時のスライスが上手いかなかったことが敗因でした。そのため、バックハンドスライスの練習をしました。  
ミカエル選手の試合を見て、彼が打っているスライスのフォームをイメージしながら練習したら、よい感じに打てました。今後もイメージを大切にしながら練習していきます。

## ★山口華恵

### 試合観戦

#### ①シングルス

#### ②Beatriz Villamandos-Lorenzo(スペイン)、Chiu-Mei Ho(台湾)

#### Beatriz Villamandos-Lorenzo(スペイン)

長身選手で強打タイプ、長い手足を生かした広いコートカバーリングが持ち味。  
強烈なアングルショットを使って攻撃の幅を広げ、ポイントを取るパターンが多かった。  
自分なりの得意ショットや勝ちパターンを見つけ、それを武器にしていく…とても勉強になった。

#### Chiu-Mei Ho(台湾)

安定性のある質の高いフラットショットが特徴。ストロークの安定感が増し、相手のミスが早く難なくゲームを重ねていく。  
トップスピン、ドロップショットなど様々な球種を使い分け、相手のペースを乱す作戦が目立った。  
隙のないその安定感は、若手や経験の浅い選手には醸し出せない貫禄があった。  
体格は同じアジア人同士なので、長身相手に対抗するには体幹をぶれなく安定させた姿勢で巧みにコントロールで打つことだと思うのでとても見習いたい。

### 練習

小笠原さんとマンツーマン練習。

フォア中心に各国選手のテイクバックを見習い、身体に染みつけるよう打つ練習をした。  
特に台湾のChiu-Mei Ho選手を参考し安定したフォームで打てるよう意識を作った。意識することで練習の効果がとても違ってきたので今後からは意識を高め、少しずつ改善できるよう取り組みたい。