

【 HP OPEN 2012 視察研修を終えて 】

1、最も印象に残った内容(印象に残った選手、プレー)

- コートの中を振り回されてもしっかり深く良いコースに返球できていた。
- ストーサーのサーブを見て、やっぱりサーブが強いと楽だと思った。
- どの選手もみんなラケットをちゃんと振り切ってコースも良くて深いところに打っていた。
- スライスが意外と多く使われていた。振られた時の返球などで時間をうまく使っていた。
- ちょっとでもボールが短くなればすぐ打ちこんでいた。チャンスだと思ったらすごく早く打ちに行っていた。
- スピンの量で高さを変えたりして緩急をつけていた。
- 土居美咲選手のラリーです。他の選手とは違ってミスをせず、チャンスがくるまで粘り、チャンス甘い球は確実にエースを取り、返ってきたとしてもボレーできる、このプレースタイルは、今、実践しているプレーと同じなので、土居選手のプレーをモデルにしたいです。
- 最も印象に残った内容は、土居美咲選手のプレーが印象に残りました。特にプレーの中でフットワークとスタンスについて見ていました。
- ストーサーのサーブがセンターぎりぎりにボールを入れて、それを返したチャン選手が当てただけで飛んだボールを、ストーサー選手が前に詰めてドライブボールで決めたプレーが最も印象に残りました。
- クルム伊達選手が、最も印象に残りました。その中でもダブルスで、2人がネットに出ているときにロブで上を越えていこうとしたときに、ジャンプをしてスマッシュをライン上に決めたところですか。あのような体勢でも決めることが出来ているのは、さすがだなと思いました。
- クルム伊達選手のダブルスの試合が一番印象に残りました。スマッシュやボレーを決めているところに感動しました。
- クルム伊達選手で失敗して切り替えが早くて、次は失敗をしていなかった。
- 準決勝 2 試合目 STOSUR・S VS CHANG,C-K セット数 1 - 1 ゲーム 5 - 5 ポイント A,STOSUR とても緊張する 1 ポイントなのに、エースを取るというメンタル面がすごいと思った。
- 土居選手が左右に振り回すがワトソン選手が耐えて点を取るプレー。
- クルム伊達選手のプレーが印象に残りました。
- 伊達さんが相手の早いサーブをリターンエースで取った時と伊達さんがラリーでとった時です。
- 土居さん：毎回必ずスプリットステップができていた。  
ワトソン：フットワークが良くて、つなぐ時は深めのボールで、チャンスの際は打込むという区別がすごい。
- S ストーサー選手、左右に振ったり逆を突いたりするプレー、角度をつけたショット。
- ストーサー選手。左右に振りながら最後は逆をついて決めるというのが印象に残りました。
- 印象に残った選手は、サマンサ・ストーサー選手です。1セット取られても気持ちをよく保って、プレーは全力で最後まで試合をしていた事が印象に残りました。

## ■印象に残った選手は、サマンサ・ストサー選手

内容：サーブが速かった。速いテンポで打っていた。ラリーが続いた中で球種を変えていた。相手のボールが浮いたときドライブボールを確実に決めていた。

■僕はストサーが印象に残りました。左右に振って相手を疲れさせてチャンスボールがきたのを決めるところが印象に残りました。

■すごいサーブをかえしたところ。

■私が最も印象に残った選手は、ストサー選手です。なぜかと言うとサーブの速さと迫力、決めどころが印象に残ったからです。サーブの速さがすごく速くてそのサーブが決まったのを見てすごい迫力でした。サーブを打つ時に、声を出していました。ラリーをしているとき、自分にチャンスが来た時に「バシッ」と決めるところがすごかったです。ラリーをしている間に自分にチャンスが来るように考え打っているところが印象に残りました。

■特に印象に残った選手は、SUTOSR・S選手です。力強いパワーでボールを返してポイントを取ることがすごいと思いました。積極的にボールを打ちどんな厳しいボールが来ても粘り強く返し、ポイントを取るのがすごかったです。チャンスボールが来なくても自分から攻めていき、チャンスボールを決めてもミスをしなないのがすごいと思った。

その対戦選手の CHANGK-C 選手も、その強い対戦相手と当たっているのに CHANGK-C 選手も攻めて、ポイントを取ろうとするところがすごいです。コントロールがいいです。

## 2、今後のテニス上達で最も参考になった内容

■・振り回された時の返球！

→みんな振られても軸をブラさずにしっかり深く返していました。ゼロからのスタートに戻していた。

スピンやスライスの回転系のボールを使って時間を作っていた。だからしっかり元の場所にいて、次の準備をしていた。

・サーブ！

→サーブが良かったら、そこから展開を作ることが出来るから、やっぱりサーブが良いのは楽だと思った。

■これは、全選手に比較的共通することなのですが、次のポイントが取られたらセットを落としてしまうという状況でも、リスクを冒してエースをねらいに行く姿勢に驚きました。僕はいつもそういう場面で、いつもビビってエースはおろか振り切らずにになってしまう時があります。

だから僕もこの機会に、それは辞めたいです。

■フットワークとスタンスが参考になりました。

・フットワークは、一回ジャンプをした後スプリットをしていました。

・スタンスはほとんどオープンでした。

■土居美咲のスピンの参考になりました。なぜかと言うと僕もスピンで相手を下げるので、とてもあのスピンの参考になりました。

■私は、団体戦でよくダブルスで出場することが多いので、今回プロのダブルスは初めて見たのでとても勉強になりました。

二人の協力がやはり大切だなと思いました。

■ダブルスでは、どんどんポーチにでて行けるようにしたいです。あとストレートもねらいたいです。

■ダブルスで試合に出るので、どういう場合にどんなボールで、どこに打てばいいのかなどを見れました。

- ・土居選手のテニスの戦い方( 攻撃的ベースライナー )を見て、すごいなと思いました。
  - ・ STOSUR ・ S のサーブの勢いがすごかった。
- (フットワーク) 最初に体勢を低くして相手がサーブを打つときに体を上げる。ゆっくり体を揺らす程度。
- ミスがすごく減らせたらいい。
- 走らされても腰を回すということです。
- 足のリズムが良くて、「タン、タン」のリズムでのスプリットステップが出来ているので、そこを参考にしたい。
- スピンをかけて左右に振って攻めるところ。
- 僕は良くボールが浅くなるので、土居さんがしていたライジングでスピンをかけて、深い球を返していたのが参考になりました。
- 腰を低く最後まで振り切っていた事。
- ・ラリーの中で球種を変える。 ・相手を追い出した時は、前に詰めてドライブボレー等ネットプレーをする。
- いつも少し落として打っていたので、飛び上がってボールの頂点で左右に打ちたいです。
- 大まかにスプリットステップをしたいこと。
- ・ラリーの中で自分のペースをつかんで、自分にチャンスが来たら、「バシツ」と決められるようにしているストーサ選手を参考にしたいです。
  - ・サーブのパワーや、重さを使っているストーサ選手を参考にしたいです。
- 相手がコート外に出してでたとき前に出て、返ってきた球をボレーで前に落とす。
  - ラリーをしているときには、スピンをかけて逆を突く。
  - ポイントを取られてもあきらめずに粘り強くプレーする。
  - 積極的に前に出てネットプレーをする。

### 3、今後取り組みたい内容(目標設定等)

- ・振られた時に深く返して、次また相手に打ちこまれないボールを打てるようにしたい。
  - ・サーブのスピードとコースをよくしていきたい。
  - ・ストロークでもっとずっと打ち続けてポイントにつなげられるようにしたい。
  - ・スライスをラリー中にうまく入れて行けるようにしたい。
  - ・ポーチが上手くでられるようにしていきたい。(ダブルスの動き)
- 自分からミスをせず、自分からのミスは1セットで、10本以内にします。
- ミスをしないように腰を落として最後まで振り切って相手に先にミスをさせるようにしたいです。
- よりスピンをかけられるような工夫を試合で見られたので、これからはスピンをもっと工夫していきたいです。
- ダブルスで相手の前衛をしっかり見て、ストレートに打って行けるようにしたいです。
- 土居美咲選手みたいに、速いボールでラリーが出来るようになりたいです。

- ボレーを強化する。はやいボールを確実に打ち返せるようにする。
- 土居選手の戦法(相手を振り回して勝つ)。と、STOSURのサーブを取り入れていきたいと思います。
- バックハンドの協会に取り組みたい。もう少し回転力を増やして、コースへのコントロールと球の速さを強化したい。
- 全国大会に出たい。
- 走らされても腰を回して打ちたいです。  
リズムを取りながら打ったりしたいです。
- スタンスのひろさとチャンス時の打ち方、ボレースマッシュの打ち方をまねしたい。
- すぐに決めるのではなく、スピンをかけて左右に振る。攻撃や守りの種類を増やす。
- 自分で攻撃のパターンを増やしたいです。
- 気をつよくもち、腰を低く保った最後まで振り切るのを練習で忘れないようにする。
- ・早いテンポで打つ。 ・球種を変える。 ・サーブをもっと練習してコースを上手に狙ったり、速いサーブが打てるようにする。  
・例えば、3セットで1セット目を取られたり2セット目を取られたりした時に気持ちで負けないこと。
- スライスで左右に振ったり時間を作ったりして、チャンスボールを作って決めることを取り組みたいです。
- 構えを斜めにしたい。
- ・ラリーの中で自分のチャンスが来るように、ポイントの流れを変えてチャンスがきたら「バシツ」と打てるようになりたい。  
・サーブを強くして、サービスエースを取れるようになって、ゲームを有利にして勝てるようになりたい。
- 今後取り組んでいきたいことは、私はあまり前に出ないので、良く相手の攻撃を見て動きたいと思います。スピンをかけて相手をコートから出す。

#### 4、今後の視察研修継続への感想(意見・提案など)

- 今回このような良い機会を作ってくれてありがとうございました。  
中3までということで、私は来年はもう来ることが出来ないので、中3以上の人たちも来れるようにしてほしいです。  
あと、4,500円よりもっと安い値段で来られたらもう最高です。・・! ☆  
今日一日、強い選手をたくさん見ることが出来てすごく刺激にもなりました。ありがとうございました。
- 僕は今回のHPオープン視察研修で、世界で勝つプロとプロの試合を見ました。それは今まで見るきっかけが無かったからです。しかし今回は、クラブのコーチにあることを教えていただいて知って申し込みました。まだ、香川には、僕と同じような理由で世界で戦う試合を見たことが無い人がたくさんいると思います。だから、この視察研修を長く続けていってください。
- サインがもっとほしかったです。
- サインボールがほしいので、来年はサインがもらえるような席にしてください。
- 今回、生でプロを試合を見てこんな機会はなかなかないので良かったです。とてもかっこよくて、また来たいなと思いました。
- プロの試合を見て、いろいろなことを学ぶことが出来て良かったです。また、それを活かせるようにしたいです。

- プロの試合を始めてまじかに観てとてもすごかったです。勉強になったし今日来て本当に良かったと思います。
- 世界のトップレベルの試合を見てみたい。(男子の試合)
- もっと試合を見たい。
- テニスのことについて勉強になったので、来年もお願いします。
- こういう視察研修をもっと増やせばいいと思います。すごく参考になった。
- これからもこういう機会を増やしていったらいいと思います。自分は、すごく参考になったからです。
- 今回視察研修継続で、テニスのことについて勉強になったので、来年もよろしくお願いします。  
来年は、サインをもらえるようにしてください。
- このような視察研修があることで、プロの選手を目の前で見ることだでき、色々参考になることが見つけられて良かったです。  
もし、来年もこの企画があったら、ぜひ参加して、また違うプロの選手を見て参考にしたいものも見つけていきたいです。  
いい経験が出来たので良かったです。
- プロの選手の試合を見て、すごく参考になりました。次の視察も出て真似したいところを見つけて、自分のプレーを改善したいです。
- 伊達公子選手のプレーが観れて良かったです。イスの値段さげてほしい。
- 私はこの研修に来て、色々な選手を知って色々な技術を知りました。またこの研修に参加したいです。楽しかったです。
- こんないい機会はないと思います。これからもずっと続けてほしいです。中3以上も行けるようにしてほしいです。