

本物志向

初級者・中級者

対象者はどなたでもOK!



本当に強くなる ための講習会

8月12日(日) 12:00~16:00
(11:30開場)

元日本卓球協会だから語れる。選手の舞台裏やオリンピックでの裏話など色々な面白い話を聞きだせるかも!?

12:00~必要なトレーニングとは??
12:20~模擬試合(内容データ・チェック)
12:30~試合に勝つ為に必要な技術の練習とは??

- ①フォアハンド
 - ②ツツキ
 - ③フットワーク(飛びつき、廻りこみ)
 - ④ブロック
 - ⑤台から離れての打球
 - ⑥サービス(+3球目)
 - ⑦レシーブ(+4球目)
- 15:30~質疑応答、まとめ

講師
いせきのりと
井関 律人

プロフィール

日本ナショナルチーム(総務)(平成元年~)
日本大学卓球部女子監督(平成11年~)
日本卓球協会事務局長(平成20年~)
現 日本体育大学講師
卓球レポート連載(平成7年~8年)
卓球コーチング教本 執筆
(公財)日本スポーツ協会公認コーチ
(公財)日本卓球協会上級公認審判員

会場 **もくせい会館** 静岡市葵区鷹匠3-6-1 電話054-245-1595
※駐車場に限りがありますので乗り合わせてお越しください。

参加料 1,000円 (当日受付にて徴収いたします。)

持物 ・ラケット・シューズ・ゼッケン・筆記用具・飲み物・タオル
・動きやすい服装

協賛 **日本卓球株式会社**

申込
締切日

平成30年8月3日(金)必着 **先着70名** 静岡ピンポン倶楽部 川涯(かわざわ)宛
(定員になり次第受付終了とさせていただきます。)

〒422-8033 静岡市駿河区登呂2-6-2-2F
TEL054-204-5750

※ビデオ・カメラ・携帯電話等での撮影・録音は固くお断り致します。

キリトリ線

参加申込書

1	氏名	フリガナ	(年齢 才) 男・女	3	氏名	フリガナ	(年齢 才) 男・女
	チーム名	戦型	に○をして下さい		チーム名	戦型	に○をして下さい
2	氏名	フリガナ	(年齢 才) 男・女	4	氏名	フリガナ	(年齢 才) 男・女
	チーム名	戦型	に○をして下さい		チーム名	戦型	に○をして下さい