

2023年4月吉日

広島市卓球協会加盟チーム 各位

広島市卓球協会 会長 溝岡克司
競技力向上委員会 藤河忠行

2023年度大人の卓球教室の開催(案内)

平素は当協会活動にご協力いただき、大変ありがとうございます。
本年度も競技力向上委員会活動の一環として、標記教室を開催致します。
内容などにつきましては実戦に役立つ知識、実技の習得を目指す内容で、下記の日程を予定しております。

昨年の結果を活かした内容も検討中ですので、多数の参加をお願い致します。

1. 対象者 大人の 広島市卓球協会加盟登録者（500円/日の1日加盟登録者も可）
2. 参加料 1,000円（1回）で当日徴収
3. 日 程・教室内容 下記の通り

月/日	曜	場 所	メイ ン の 教室内容
6月13日	火	県体武道場	フォアとショート切替し、フォアとバックのツツキ練習、サーブレシーブ、多球練習
7月11日	火	県体武道場	サーブから3球目、5球目攻撃、ダブルスの動き方、サーブレシーブ、多球練習
8月29日	火	県体武道場	フリックとレシーブ練習、ブロック練習、サーブレシーブ、多球練習
9月19日	火	県体武道場	フォアとショート切替し、フォアとバックのツツキ練習、サーブレシーブ、多球練習
10月17日	火	県体武道場	サーブから3球目、5球目攻撃、ダブルスの動き方、サーブレシーブ、多球練習
11月28日	火	県体武道場	フリックとレシーブ練習、ブロック練習、サーブレシーブ、多球練習
12月12日	火	県体武道場	フォアとショート切替し、フォアとバックのツツキ練習、サーブレシーブ、多球練習
2024年 1月23日	火	県体武道場	サーブから3球目、5球目攻撃、ダブルスの動き方、サーブレシーブ、多球練習
2024年 2月20日	火	県体武道場	フリックとレシーブ練習、ブロック練習、サーブレシーブ、多球練習
2024年 3月12日	火	県体武道場	サーブから3球目、5球目攻撃、ダブルスの動き方、サーブレシーブ、多球練習

4. 教室内容は、他に下記の内容も検討中です。

- ・多球練習の内容をより実践的にする。
- ・異質ラバーの増加が予想されるので、その対応を継続やカット打ち対応も取り入れる。
- ・公式な大会で通用する、正しいサービスを習得する。
- ・1時間の試合練習を取り入れ、実戦強化を図る。

5. お願い

- ・当日は9時30分～全員で準備をしてください、10時～教室開始、15時迄です。昼休み1時間です。（県立総合体育館には、食事ができる施設が無いそうなので、各自準備をお願いします）
- ・なお、当日の傷害などの事故はすべて自己責任となりますから、健康には十分な配慮をして参加し、体調の悪い方は無理して参加しないでください。

6. 申込方法 当日会場にて 申し込み とします。

7. 問い合わせ先 **広島市卓球協会** 〒732-0066 広島市東区牛田本町4-6-14-202

mail : shitaku-jimukyoku@nifty.com

TEL : 082-228-7741 fax : 082-228-7744