

11月23日秋分の日(^o^)さわやかな秋晴れの下、恒例の東芝姫路の選手によるソフトテニスの教室が中川原コートで開催されました。

このテニス教室は全日本の監督もつとめたことがある東芝姫路の金治監督さんが龍野ジュニアの本拠地のたつの市出身であること。龍野ジュニアの母体クラブの龍野クラブの人とずいぶん昔から交流があること。たつの市観光協会が主催するオータムフェスティバルがこの時期に開催されること等などいろいろな事情が重なり開催されてます。



テニス教室が始まる前に参加者全員で記念撮影



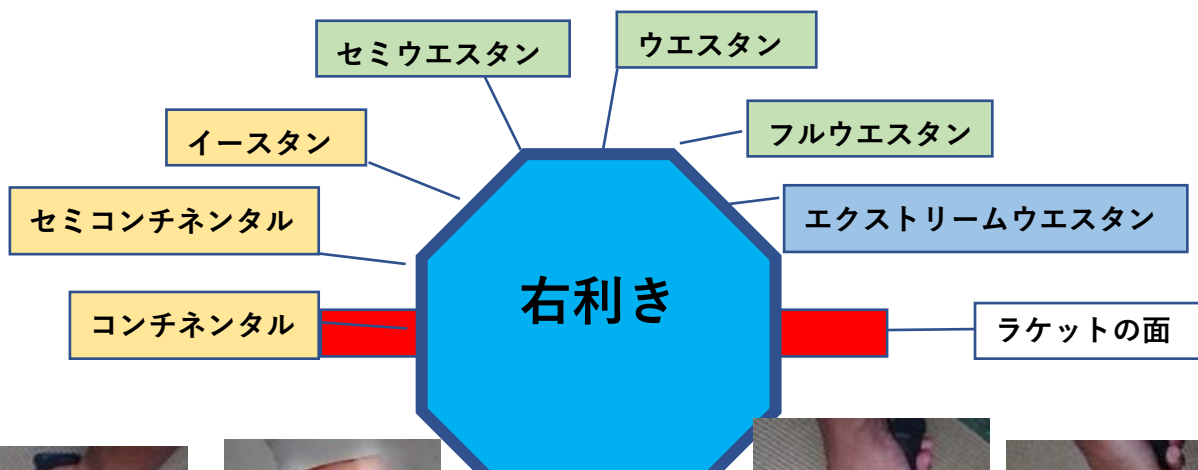
東芝の選手による基本ボレーの見本。見よ！この美しさ！



テニス教室のお礼の挨拶をする土井選手と記念品を渡す中村選手

## 男前コーチによるソフトテニスがうまくなるレッスン—1(グリップの握り方と呼び方)

さて本格的にレッスンに入ります。基本中の基本。グリップの握り方と呼び方です。ソフトテニスにはいろんなパターン(ストローク、サービス、スマッシュなど)でグリップの握り方を変えるとうまくボールが打てることがあります。この中でうすいだいだい色は厚めのグリップ。水色はうすいグリップと呼ばれ、うす緑色のグリップの中でもウエスタングリップが標準的と呼ばれてます。ただし、後衛などストローク中心の選手はややうすめのフルウエスタングリップが有利とされてます。写真①はコンチネンタル。②と③はウエスタン(標準)④はフルウエスタン(後衛向き?)⑤はハンマーグリップ。



\*ハンマーグリップとは通称「棒握り」といわれ金槌を握るときの握り方です。この握り方は手首を多く使えるのでストレート展開のときドライブがかりやすくストンと落ちるボールが打てると言われます。反面短いボールになってしまうこともあります。