

# クリスマス ジュニア卓球講習会のお知らせ

今年もあとわずかとなりました。1年を通して

充実した練習は出来ましたか？ 試合成績はいかがでしたでしょうか？

今年のおしめくりとして、日頃の練習方法や試合展開を今一度確認してみませんか♪

ということで、この度、ジュニアクリスマス卓球講習会を企画致しました。

参加ご希望の方は下記までお早目にお申し込み下さい。

尚、会場の都合上先着25名とさせていただきますので、お早目にお申し込み下さい。

この企画は、個々のレベルアップを真剣に考えている学生を対象に

著名コーチをに依頼して、毎年この時期に開催しております。

## 記

- 日時) 平成27年12月6日(日) 講習会10:00~15:30 シュミレーション試合13:00~  
会場) T.T Labo 東西線 葛西駅 徒歩2分 (臨海公園方面の方は都バス葛西駅下車徒歩3分)  
講師) 内山 京子(元ソウルオリンピック代表)、T.T Laboスタッフ  
会費) 3,500円  
主催) T.T Labo メンバーズ CLUB(嶋田代表)  
共催) T.T Labo、日本卓球(株)、(株)フジテレビジョン

## 講習内容

- ① 有効的なサービス、得点につながるサービス
- ② 試合に役立つレシーブのコース、アラカルト
- ③ 対戦相手による戦術方法(左利きやカット)
- ④ 対戦相手の見極め、同点からの戦術(対策)
- ⑤ 試合前のメンタルや試合中、試合後のメンタル
- ⑥ 日常の練習方法(レベル下の仲間は大事な練習相手です)

### 昼食と歓談(約40分) クリスマスお楽しみビンゴ大会

- ⑦ ①~⑥まで学んだことを踏まえ、レベル別シュミレーション試合
- ⑧ 個人評価と個々での課題の整理(こちらからの練習課題の提案)
- ⑨ 記念撮影

※ 当日講習内容を筆記する用紙を配布致します。筆記用具を持参下さい。

※ 内容などのお問い合わせ T.T Labo メンバーズ CLUB 嶋田 tel: 080-6588-2418

**T.T Labo** TABLE TENNIS  
LABORATORY PLACE

〒134-0083 東京都江戸川区中葛西 5-19-30-2F

お申し込み TEL.03-6795-9762 FAX.03-6795-9946

T.T Labo

