

第1回国民スポーツ大会少年少女強化練習会

拝啓 時下ますますのご清栄のこととお慶び申し上げます。平素は格別のご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

2031年に第85回国民スポーツ大会が奈良県で開催されます。奈良県テニス協会としては国民スポーツ大会硬式テニス競技初のベスト8以上を目標に掲げて少年女子の強化を図りたいと考えています。

それに伴い第1回国民スポーツ大会少年少女強化練習会を下記の日程で開催することになりましたので、ご案内申し上げます。

敬具

開催日：2026年1月12日（月祝）

場所：明日香庭球場

参加資格：奈良県在住及び在学の9歳から12歳の小学生の男女

定員：男女各16人（11歳・12歳は10名、9歳・10歳は6名で先着順に受付。）

申込先：奈良県テニス協会ジュニア事務局宛に「氏名・生年月日・学年」を入力の上、件名を「国民スポーツ大会少年少女強化練習会」としてメールでお申し込みください。

申込締切：2026年1月6日（火）17時まで

参加費：無料

持ち物：筆記用具・ノート類・テニス用具一式

問い合わせ先：奈良県テニス協会ジュニア事務局（担当 西口省三）

アドレス：naratajunior@kcn.jp

参加可否連絡：2026年1月7日（水）までにメールで連絡をさせていただきます。

講師：魚田尚吾氏 流通科学大学 人間社会学部講師

日本テニス協会 強化育成本部強化サポート委員会委員

中野トレーナー 奈良県アスレチックトレーナー協会

スケジュール

9 時 受付 クラブハウス内会議室 A

9 時 30 分 岡嶋奈良県テニス協会理事長挨拶

9 時 45 分から 11 時 魚田尚吾氏 講義『将来的なパフォーマンスを高めるための
オフコートの過ごし方』

11 時 15 分から 11 時 45 分 中野 AT 講義『年齢にあったトレーニングと
ストレッチ』

12 時から 12 時 30 分 西口省三 講義『テニスの基本的な動作と考え方』

12 時 30 分から 13 時 45 分 昼食

オンコート講習

13 時 45 分分から 14 時 15 分 ウォーミングアップ 中野 AT

14 時 15 分から 15 時 30 分『将来的なパフォーマンスを高めるための多様な動き作り』
魚田尚吾氏

15 時 30 分から 16 時 30 分 『テニス動作を意識してのラリー練習と戦術練習』
西口省三

16 時 30 分 閉会挨拶

当日は関西ジュニアサーキットの予備日です。サーキットが開催された場合も国スポ講習会は開催します。サーキット参加選手はサーキットが終わりましたら参加下さい。
必ず午前中の講義は保護者も一緒に受講ください。

雨天の場合、午後からも会議室で講習会を開催しますので昼食はご準備ください。

以上