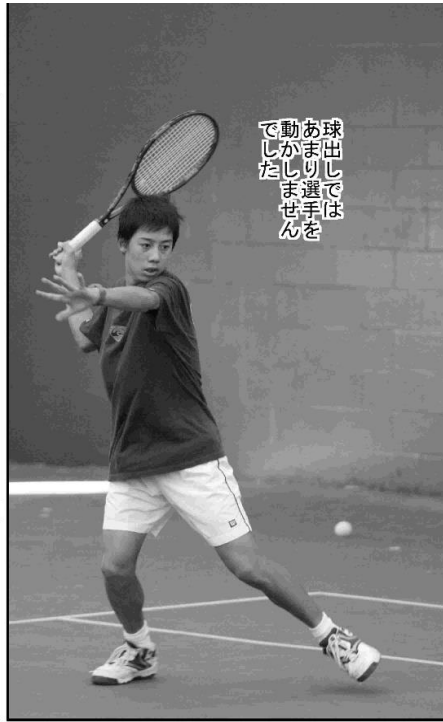
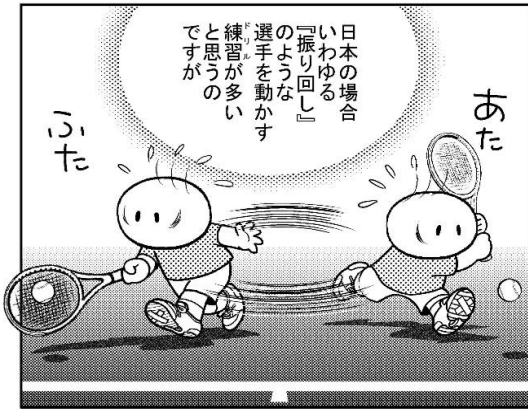


テニス留学時代@IMGアカデミー Part II

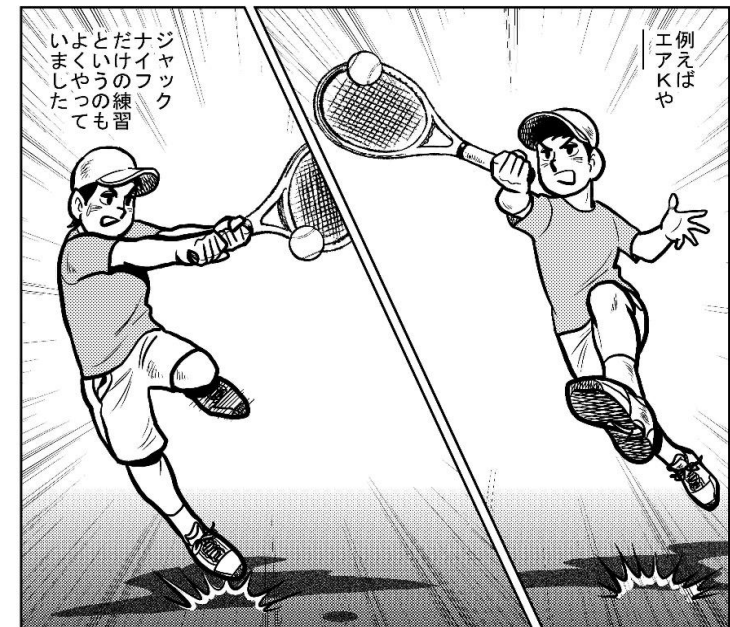
取材協力/戸田公平(ダンロップスポーツ テニス企画開発部) 作画/石川正順



球出しではあまり選手を動かさず練習をさせたい



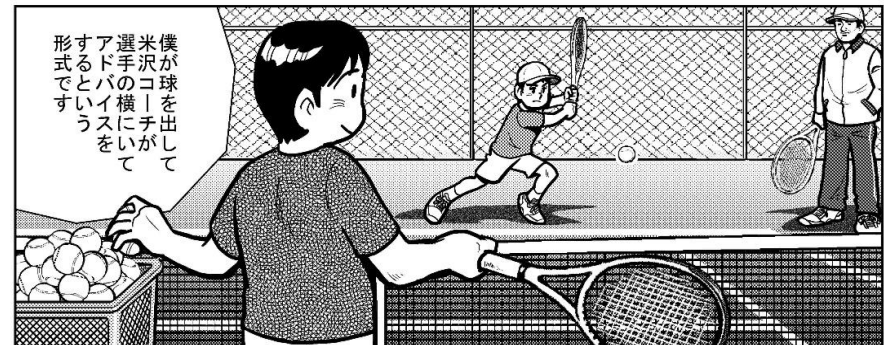
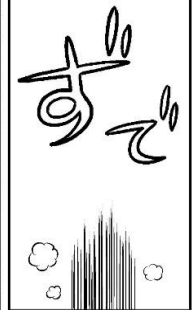
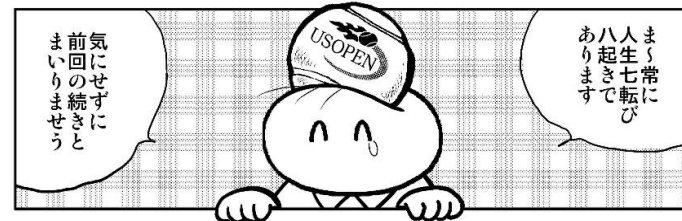
ボールが当たる時の感覚が重要だと考えていた米沢コーチは



「常にボールをしっかりと叩く練習を優先させていたのです」

課題練習

(先月号と同じ) 出だしますが、この漫画を執筆中に錦織圭は全米OPで1回戦敗退してしまいました





1時間
ランニングや
ダッシュ



1時間
ウエイト



トレーニング

12時から
1時までは
トレーニング



そしてドライブ
ボレーの練習も
よくやりました

相手のボールを
落とすだけでは
いっていても
攻撃できないので

相手に時間を
与えずに
狙った場所を
叩いていく

という意識を
持った練習が
多かったですね



他の2人特別に
比べて神経が
優れているが
腕は1つだけ
強さを上げて
これまでに
からなした

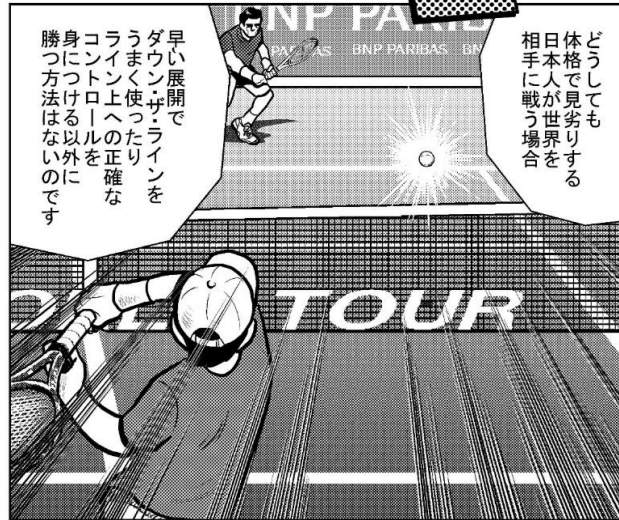


目や腕の入れ
取りも入れて
みたりして
いやました



主は3人の中
で一番伸びる

そういえば当時のチームの
トレーニングを担当して
いた中村豊さん
(現在はシヤラボワの
「トレナ」が
おんなじやつで
ました)



早い展開で
ダウンサーブを
うまく使ったり
ライン上への正確な
コントロールを
身につける以外の
勝つ方法はないので

どうしても
体格で見劣りする
日本人が世界を
相手に戦う場合



3人にとっては
結構難しい
練習だったと
思いますが

米沢言「手はわく」

