

コート	トリ	当番	担当	クラブ
10月	11	月分	の	美住B
11月	12	月分	の	恩多B
12月	1	月分	の	青葉B

発行責任者 柳 利夫
 住所 東村山市菟山町
 5-6-26-301
 Tel. 0423-94-3923
 編集責任者 佐藤多喜男

第7回 運営委員会報告

9月1日(日) 13:00~
杉スポーツセンター

(1) 第9回柏崎戦の報告

今年度は東村山市が開催の場所であったが、柏崎市側の要望もあって軽井沢で8月24日、25日の両日熱戦が繰り広げられた。

戦績その他は下記の通り。

- 参加者(東村山側)
27名(内市民テニス会員15名、硬庭連役員2名)
- 戦績
試合数 37
勝敗 東村山 17勝 20敗

(2) 市民テ合宿の件

運営委員会で過去数回の検討を行って来たが、今回下記の様に決定した。

- 日時 11月8日(金)、9日(土)、10日(日)
- 場所 山中湖(山中湖総合合宿センター) 旅館 井戸前
TEL 0555-65-8402
- 会費 大人 ¥20,000.-
(交通費別) 子供 ¥10,000.- (12才以下)
- 主目的 技術向上
- 技術指導 フォコウ: 本井、蝶岡林先生他予定
- 参加ご希望の方は各クラブの会長へお申し込み下さい。又不明な点も含めて会長へ確認下さい。技術指導の確保と先着30名位でメッキリす。お早めにごとこ♡

(3) 会費未納会員の問題

期日までに会費を納入されない方がかなりおられるのでこの対策について討議した。

内容省略しますが、クラブの運営上大変支障をきたしています。会員の2大義務の一つですからよろしく。(2大義務とは、①会費納入、②コート取り)以上。

第22回 秋季市民体育大会

[硬式庭球]の結果

《中間報告》

9月8日(日) 男子シングルス(A)

- 優勝----三膳 和彦(一般)
- 準優勝----福島 弘(一般)
- 第3位----中村 行男(日機装)
- 中村 清司(一般)

9月15日(日) 男子シングルス(B)

- 優勝----佐藤 和之(一般)
- 準優勝----小沢 真一(一般)
- 第3位----坂元 福一(日機装)
- 大村 達夫(ケウン)

9月22日(日) 男子ダブルス(B)

- 優勝----榎本・山崎組(一般)
- 準優勝----太田・遠藤組(ケウン)
- 第3位----小俣・間野組(一般)
- 永倉・増子組(一般)

市民テの名前がなかなか出てきません。日頃の練習の成果を、実力を出して、何とかベストキーマンに進出して欲しい。秋雨のため、試合進行がおくれています。今後に期待しています。

〔日程変更〕

- 10月6日(日)----女子シングルス(A)、(B)
壮年シングルス
- 10月13日(日)----男子ダブルス(A)
- 10月20日(日)----女子ダブルス(A)、(B)
壮年ダブルス



なるほどザ・テニス 11 武谷技術部長

サーブ スピード豊かなサーブも入る確率が悪ければ、ダブルスのペア探しに一苦勞ということになりかねません。しかし、ラッコ嬢のヨッパライサーブもペア泣かせといえます。

今回は、サーブのスピードについて考えて見る。他のストロークと異なり、サーブの場合、スピードを決定するのは、①インパクト時のラケット面の移動の速さ ②ラケット面の打球方向との傾きの2つです。後者は、ボールのスピンのにも大きく関係していますので、ラケット面が打球方向とずればか

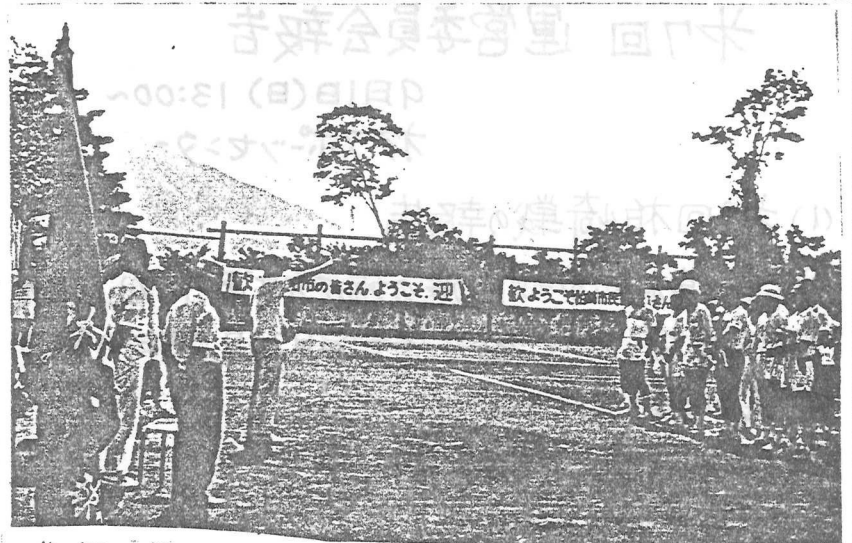
れる程、スイングの速さの多くがボールの回転に費やされ、ボールのスピードは減じられてしまいます。ですから、スイングの速さが同じならフラットにインパクトするのが一番スピードが出るということになります。但し、入るか、入らないかは別問題!

では、インパクト時のスイングを速くするにはどうすれば良いのでしょうか? 筋肉の瞬発力を高めることは大前提です。しかし、ここでは同じ瞬発力でもサーブをスピードアップするには、どうすれば良いかについて考えることにします。

物を動かす時、静止の状態から動かすのが一番力が入るといふことはわかりますね。わずかに百数十gのラケットといえども動かす(振る)場合理屈は同じです。即ち、スイングの初めの時莫に必要な大きな力をいかに出すか、言いかえると、スイングの加速度をいかに早めるかが、インパクト時のスイングの速さを決定するのです。ラッコ嬢の場合、トスと同時に足首、膝がピョコンと伸び、つま先から頭の先まで一本の棒のように剛直したまま、手だけをスイングするいわゆる手打ちの典型となつています。腕力もなにか弱いラッコ嬢のサーブにスピードがないのも当然といえます。

改善方法は インパクトまでのスイングの過程では、足首、膝を軽く曲げたまま上体を適当にひねり、同時にややネリ気味にしましょう。そしてインパクトに向け、曲げられた足首、膝を伸ばしながら、ひねられた上体、反りを順次元に戻しながら、ラケットをスイングします。こうする事でスイングの開始時が腕だけではなく、脚、腹背中など強い筋力の助けを借りて行なえますので、スイングの加速度を大きくすることが出来、結果的にインパクト時のスイングを速めることが出来るのです。それにしても、急激且つ過度にやっば、ギョクリ腰のお見舞いを受けないようにくれぐれも注意の程を!!

問 12 ラッコ嬢のフォアサーブが珍らしくサイドラインぎりぎりに落ちました。レシーバーのエリマキ君、今はよく見えなかったのミライワ・ツ(フォアサーブからのやり直し)にしようといいました。そこで同是類、
イ、エリマキ君の主張は正しい
ロ、エリマキ君の主張は正しい
ハ、どちらともいえない (答は下段)



毎年、夏になると、柏崎のテニス仲間との対抗戦が開催されるが、今年も市民テの仲間が多数参加して、試合や、夜の合戦等に大活躍でした。
-----写真は開会式での太田会長あいさつ-----

新入会員の募集

本年から、スポーツ保険にも関連し従来からの12月募集を改め、11月中に新入会員の募集を行います。

日時等は次号で詳しくお知らせ致しますが、下期の会費納入の件と合わせ、御理解の程よろしくお願い致します。

85
10
1

継続号

HCTC

ガット
財団法人テニス協会

60年度下期分会費納入のお願い

下期分は、全員銀行振込です。金額、振込口座名、口座番号を、間違いのないようお願い致します。

(1) 会費	一般会員	6,000円 (1000円/月×6ヶ月)
	家族会員	4,200円 (700円/月×6ヶ月)
	家族ジュニア会員	3,000円 (500円/月×6ヶ月)
	単独ジュニア会員	6,000円 (1000円/月×6ヶ月)
	休部会員	1,000円

(2) 納入期限 11月30日迄

厳守のこゝ

答 ロ……はつきりアウト又はフォルトといえないボールはインプレーである

