

キラリ スポーツ

vol.13

仲間と楽しく、自分の成長や健康のために、生涯付き合えるスポーツを見つけてみてはいかがでしょう。キラリ輝くスポーツの魅力を伺いました。

教えてくれたのは



野村 政彦 さん
高槻市ソフトテニス連盟

喜び分かち合う 息の合ったペア連携



ソフトテニス

ソフトテニスは、テニスを元に生まれた日本発祥のスポーツです。ルールはテニスとほぼ同じですが、柔らかいゴム製のボールを使う点が異なります。

またソフトテニスの特徴は、ダブルスが主流であることです。2人ペアになって前衛と後衛に分かれ、状況に応じた陣形を取り、相手と駆け引きを繰り返します。ペアでお互いの動きをカバーし合いながら打ち合

う必要があるので、2人のコミュニケーションが重要となります。

このペアのコンビネーションが、ソフトテニスの一番重要なところで、一番の魅力だと思います。お互いの動きがピタッとかみ合って狙いどおりに決まった時は、ペアで喜びを分かち合えますし、周りも盛り上がります。試合に勝つためには、練習時からペアといかに連携していくかが重要で、日頃のお互いへの思い

やりや意思の疎通が、プレーにもつながっていきます。

ソフトテニスは柔らかいボールでけがも少なく、どの年代の方でも楽しみやすいスポーツです。練習や試合を通して仲間が増えますし、幅広い年代の人とも仲良くなれます。興味があるけれど、ちょっと体力や筋力に自信がないという方にもぜひソフトテニスがおすすです。

■ソフトテニスを始めたい人は

問合 高槻市ソフトテニス連盟
Tel 090-1591-8021 (オオタ)

場所 郡家テニスコート

一般

日時 毎月1・2回 月・水曜10:00~15:00
※8月は休み

小・中学生

日時 毎月2回 9:00~12:00
※4~6、9・10月に実施

■その他のスポーツは

問合 市スポーツ団体協議会
Tel・FAX 677-2285、平日9:00~16:00
Eメール takatsuki.sp.kyougikai@gmail.com

市スポーツ団体
協議会HP

