

# 千歳テニスクラブ テニスキャンプ in エストーレホテル 2016年5月14日(土)~15日(日)



1日目



リゾートホテルでの  
豪華なディナー



2日目

# ミックスダブルス



千歳テニスクラブ初のテニスクャンプは好天に恵まれ、怪我もなく予定していた全日程を終えることができました。今回利用した施設はホテルとコートが併設されていて、屋外コート14面、インドアコート4面あり、コートが充実し綺麗で部屋から近いのでとても快適でした。

初日は12:30にホテルフロントに集合、もうすでに皆さんやる気満々の状態！13:00よりレッスン開始。全てボールはニューボール、皆さん感激していました。始めはストロークの基本練習とそれに沿ってのラリー、休憩を挟みボレーとスマッシュの基本練習とそれに沿ったボレーVSストロークを行い、最後にサーブ練習とサーブからのラリー練習を行いました。初日を終えての感想は、始め少し張り切りすぎて足が攣りそうになった方などいましたが、大丈夫でした。なかなか普段のレッスンでは時間がなく出来ない基本練習がありとても良かったという声を頂きました。レッスン後、男性は全員大浴場で1日の疲れを癒し、いよいよ夕食の時間です。食事はフレンチのフルコース。オードブル、前菜、魚料理、肉料理にライス&出来立てのパンなどを飲み放題のお酒やソフトドリンクとともに頂きました。食事後は各部屋で明日のレッスンに備える方と二次会に参加される方に分かれてその日を終わりました。

2日目早朝の自由練習を6:30よりスタート、集まった人数は5名でしたが、ストロークやボレーなどのラリーを練習しました。二次会参加の方がほとんどでしたが、みなさんとても元気でした。8:00からは朝食です。ビュッフェ形式で和食を選んでいる方、洋食を選んでいる方、はたまたどちらも食べている方など様々でしたが、やはり男性はしっかり食べている方がコーチを含めて多くいました。そして9:00より午前中のレッスン開始。昨日の練習を踏まえて実践で使えるようにストロークやネットプレーでのコース打ちをした後、それを使ってのダブルスフォーメーション練習を行いました。昨日の疲れが残っているかなと思いましたが、皆さんことのほか大丈夫でした。午前のレッスンは12:00で終了して昼食をとりました。昼食は8種類から料理を選んで取りましたが、肉料理、魚料理、野菜中心の料理など全てが美味しくとても満足していました。13:15よりいよいよ最後のダブルスゲーム練習会をスタート。コーチが決めたペアで2時間当たりゲームを楽しんでキャンプの全日程が終了しました。次回のキャンプもどうぞ期待です。今回参加できなかった方もいつもと違った別世界で充実したレッスンと美味しい食事をしながらのキャンプに是非参加下さい。お待ちしております。(担当コーチ：樫村)