

2022年9月23日



女子ダブルス練習会



今回の女子ダブルス練習会はロブをテーマにしたイベントでした。
まずタッチの練習から始め、ボールのどこを触れば上に飛んでいくのかをしっかりと意識させ、
ロブを使いたいタイミングで瞬時に球種を変えられる練習を行いました。
その後、クロスラリーからストレートロブ展開をし、そこからフリーでポイントを取る練習をしました。
その中、ロブで前に詰めたし、また逆に前に詰めたペアの頭を抜きたいと、
皆さん実戦でもロブを有効に使っていました。
ロブは使い方次第で時間を作ったり、相手の時間を奪うこともできる非常に便利なショットです。
試合ではぜひ使って欲しいです。

山口

