

初心者
向け

ゲーム練習会

6月29日（土） 10時～12時

プロコーチが試合の進め方、マナー、試合形式を直接指導！



こんな人に
おすすめ

- セルフジャッジに自信がないジュニア
- 普段シングルス試合練習があまりできないジュニア
- これからオレンジボールの試合に出てみたいジュニア

会 場：シーメンスクラブ（神奈川県横浜市中区本牧十二天2-8）

対 象：10歳以下のジュニア（試合出場経験が少ない方）

使用球：オレンジボール 6名定員

料 金：5,830円（ネットエントリー手数料330円含む）

※その他、注意事項はお申込ページでご確認をお願いします。

担当コーチ

原田 心コーチ（公益財団法人日本スポーツ協会公認テニスコーチ）

石井 宏昌コーチ（公益財団法人日本スポーツ協会公認テニスコーチ） 他

レッスンの流れ

(1) 挨拶

- ・試合前のアップ
- ・サーブ、レシーブの選択
- ・試合開始

(2) セルフジャッジ

- ・セルフジャッジとは
- ・コール/ハンドシグナル
- ・スコアがわからなくなったとき

(3) 1セットマッチなどのルール

- ・
- ・
- ・

(4) マナー

- ・相手にボールを渡す
- ・試合中のコートを通る
- ・

<https://gingin634.xsrv.jp/shinyukai/self-judge>

セルフジャッジ5原則

- ① 判定が難しい場合は「グッド」(相手に有利に)!
- ② 「アウト」または「フォールト」はボールとラインの間に、はっきりと空間が見えたとき!
- ③ サーバーはサーブを打つ前、レシーバーに聞こえる声でスコアをアナウンス!
- ④ ジャッジコールは、相手に聞こえる声と、相手に見えるハンドシグナルを使って速やかに!
- ⑤ コートの外の人には、セルフジャッジへの口出しはしない!