



しんねん あ

新年明けましておめでとうございます！

す き だきゅうおん はつ う
澄み切った打球音で初打ちを！さくねん めい かいいん むか ほごしゃ みな きょうりよく
昨年は24名の会員を迎え、保護者の皆さんにもご協力いただきじゅうじつ かつどう ことし ねが
充実した活動をすることができました。今年もどうぞよろしく願いいたします。ことし さくねん かつどう はってん じゅうじつ れんしゅう あか げんき
今年も昨年の活動をより発展させ、充実した練習ができるように明るく、元気よく
と く なかま おも こころ そだ たの
テニスに取り組み、仲間を思いやる心を育てながら楽しくテニスをやりましょう。

1月の練習日程

日	曜日	場所	時間	備考
6	土	地域学園体育館	13:00~17:00	
10	水	小須戸体育館	16:00~19:00	
13	土	地域学園体育館	13:00~17:00	
17	水	小須戸体育館	16:00~19:00	
20	土	小須戸体育館	13:00~17:00	←場所にご注意ください
24	水	小須戸体育館	16:00~19:00	
27	土	地域学園体育館	13:00~17:00	
31	水	小須戸体育館	16:00~19:00	

1月の練習内容

●本年度からはじめた人

- ・フォアハンドのストローク練習
- ・バックハンドのストローク練習
- ・フットワークの基本練習
- ・前後・左右に動いてストローク練習
- ・サービス、レシーブ
- ・ボレー、スマッシュ

●昨年度からやっている人

- ・ストロークの打ち込み練習
- ・フットワークを使ったストローク練習
- ・ゲームを想定してのストローク練習
- ・ボレー、スマッシュ
- ・サービス、レシーブ
- ・サーブレシーブからのラリー練習

1月の大会日程

27日(土)~28日(日) 北信越インドア大会(石川県小松市こまつドーム)

※出場選手 5年男子ダブルス 藤田悠史選手・川嶋悠天選手

6年男子シングルス 松田駿太選手

<審判上手になろう！>

いい加減な審判で、後味の悪い試合をした経験はありませんか？審判がろくにできないチームがミスジャッジを非難することはできませんし、強くなることはありえません。

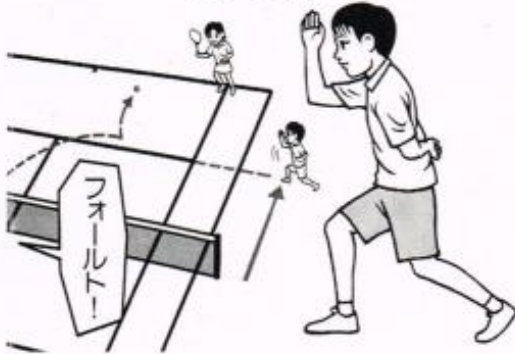
逆に審判がしっかりできれば、プレーにも好影響を与えます。審判の取り方にも技術があります。プレーの技術と同様に審判の上手な選手を目指してください。

野球、サッカー、バスケットボールなど、ほとんどの競技には専門の「審判」がいますが、ソフトテニスプレーヤー自身が審判をしなければならない競技です。ソフトテニスをするためには審判も必ずしなければならないのです。

副審はポーズをきっちり！

判定のポーズはオーバーなほどにとりましょう。きびきびと振る舞い、堂々とするのも大切です。

フォールト！



副審の構えの姿勢



正審は大きな声でコールを！

特にカウントと「アウト！」
「フォールト！」などは
観戦している人にも聞こえるように、
しっかりした声を出しましょう。

しっかりした声を出す。



その他の判定区分



コールもする。

アウト！



コールもする。

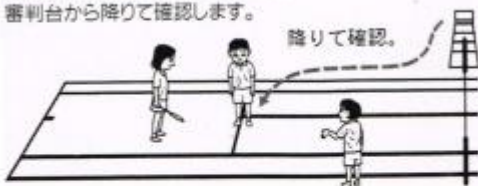
レット！



レット！

迷ったときは正審に確認を！

副審が判断できないときは、正審が審判台から降りて確認します。



降りて確認。

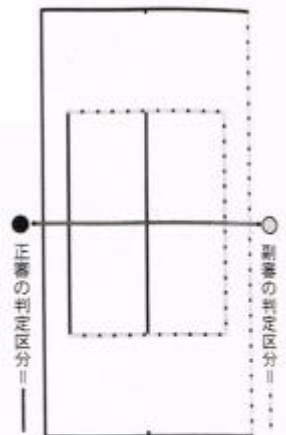
こんな言い方は恥をかく？

- ×主審⇨○正審
- ×サイドチェンジ⇨○チェンジサイズ
- ×サイドアウト⇨○アウト



ルールブック

「サバックアウトとはかわらないんだ！はか！」



● 正審の判定区分

○ 副審の判定区分

判定区分をしっかりと守る！

正審と副審の区分を把握して、判定区分以外は判定ないようにしましょう。

ルールブックを持とう！

日本ソフトテニス連盟では、ルールブックを販売しています（ジュニアは「ジュニア審判マニュアル」）。1人1冊、ルールブックを持ちましょう。「ソフトテニスプレーヤー＝審判」と認識しましょう。