

## あいちトップアスリートアカデミー（パラアスリート部門）活動報告 【専門競技プログラム】

- 1 日時 2022年12月11日（日） 18時30分から21時00分まで
- 2 会場 鶴城ふれあいセンターふれあいホール
- 3 競技名 卓球（肢体）
- 4 内容

11月19、20日に開催された第14回全日本パラ卓球選手権大会で第3位に入賞し、めきめきと実力が上がっているアカデミー生。最近は、在籍する「西尾パール卓球クラブ」の吉田明弘コーチに個別指導を受けトップアスリートを目指しています。

今回は、相手のプレースタイルに応じた対戦方法について練習しました。球の回転に応じた打ち方や、打つタイミングを変えながら緩急をつけて返球したり、ネット際やエンドラインギリギリなどのコースを狙ったりする技術を学びました。また、ラケットのラバー（球を打つ面）の特徴を活かした戦術を学びました。

最後に「出来ないことを出来るようにするのではなく、得意な戦法を伸ばすこと」を大切にしていこう話がありました。時に吉田コーチと一緒に練習した大澤選手と談笑しながら、充実した練習時間を過ごしました。



練習メニューを作成するアカデミー生



様々なラケットやラバー



試合形式での練習



アカデミー生を囲んで記念撮影  
(左：吉田コーチ 右：大澤選手)