

タクティブコーチといく！白子温泉・集中合宿

限定25名 TACTIVE合宿

10/15(土)
～16(日)



重本幸恵（右シェーク裏裏）

【戦績】

- ・全日本実業団 団体優勝
- ・日本リーグ(前期・後期・ファイナル4) 1部優勝
- ・国体(山口県代表) 団体優勝(重本幸恵、石川佳純、永田彩夏)
- ・全日本社会人 ダブルス準優勝



清水康充（左ペン裏）

【戦績】

- ・全日本ジュニア シングルス7位
- ・関東学生新人 ダブルス準優勝
- ・全日本社会人 シングルス出場
- ・全日本実業団 団体ベスト16



伊藤瑞花（右カット型）

【戦績】

- ・関東学生 ダブルスベスト16
- ・関東学生リーグ シングルス3勝、ダブルス6勝
- ・全日本選手権 ダブルス出場、ミックス出場

1日目	レッスンスケジュール
12:30	現地集合
13:00～14:20	重本コーチ・基礎力向上レッスン スタートとして、幅広い技術知識を持つ重本がお客様の土台作りを徹底的に行います。
14:30～15:30	伊藤コーチ・カット完全攻略レッスン カット型の方には守備スキルアップからの反撃を伝授。攻撃型の方には重本・伊藤がカット型完全攻略を指導。
15:40～16:40	清水コーチ・サーブ・レシーブ徹底強化レッスン ペンホルダーの清水が、試合で勝てる台上テクニックを伝授。台上戦を制するためのノウハウを指導。
16:45～17:00	重本コーチ・ステップアップ講義 打球だけでなく、卓球知識を学び、1日の振り返りをさせていただきます。
18:30～20:30	お食事会 練習の後はしばし卓球からも離れ、楽しい団欒の時間を過ごしましょう。
2日目	
7:30～	朝食
9:00～10:30	種別別・課題練習 前日にアンケートを行い、課題別にコーチが徹底指導
10:40～12:00	実戦・ゲームトレーニング 集大成にゲームをしながら、コーチがアドバイスをしていきます。コーチも混ざりつつ、ダブルスのゲームなども行っていきます。
12:10	現地解散

【合宿概要】

場所:白子温泉 ホテル 東天光

定員:限定25名

料金:30,000円(税込)

1泊2食付、体育館使用料・コーチング料込

講師:重本・清水・伊藤・大学生トレーナー数名

参加対象:18歳以上・社会人 レベル問わず

※注意事項・申し込みは裏面にて