

「表」と「裏」の
打ち分けで
ポイントを奪う!

展開ごとの
「表」と「裏」を
理解する

表

と

裏

を

理解してゲームを支配する

～駆け引きに勝ち、ポイントを奪う練習法～ 1007-S 全1巻 62分

「表」と「裏」とはどうか...

人は、右側に動いた時は右に、左側に動いた時は左に打ちやすくなります。例えば、クロス展開において、ボールを右に追いかければ、右＝ストレートに打ちやすくなります。これがいわゆる「表」です。この時、相手前衛はストレート＝「表」を警戒して動きます。ここで、「裏」＝クロスに打つことができれば、相手の前衛を抜きポイントを取ることができるのです。当然、相手前衛が「裏」を狙うこともあるので、相手との駆け引きが生まれます。その駆け引きを制するためには、まずは「表」と「裏」を正しく理解し、相手の動きを把握することが重要です。

指導解説 後藤 明弘

(山陽女子中学校・高等学校 ソフトテニス部顧問)

実技協力

岡山県 / 山陽女子中学校・高等学校 ソフトテニス部



弊社DVD通販サイトにて、
より詳細な内容や
サンプル映像を公開中!

ジャパンライム DVD



商品番号 1007-S

全1巻 8,000円+税

送料一律

500円+税

代引

カード払い

ご相談ください

公費対応

ご希望の商品番号を指定し、DVD通販サイト、
電話、FAX、もしくはハガキにてお申し込みくださ
い。受注確認後、3～6営業日以内でお届けします。

お申し込み・お問い合わせはお気軽に!

JLC ジャパンライム株式会社

TEL.03 (5840) 9980

〒113-0033 東京都文京区本郷 5-25-14 本郷竹下ビル4F

FAX.03 (3818) 6656

2017.11



ジャパンライムDVD通販サイト <http://www.japanlaim.co.jp>

新規会員登録でお得なポイントプレゼント!