



常に実戦を意識して
「試合で使える」技術を身に付ける

ミスを減らし、
得点を増やすための練習法を紹介

ミスを減らして 駆け引きのできる選手を育てる

～中学スタートの選手と全国を目指す指導法～

本作のテーマは、「中学生から競技を始めた」選手が「中学校の部活動練習」を通して、クラブ所属の選手たちと対等に戦える技術を身に付ける練習です。初心者からのチームを全国へと導いてきた堀先生は、「まずは失点を減らすことが重要」と言います。失点には、①相手に狙われて取られたポイントと②自分のミスで与えたポイントの2つがあり、まずは②のポイントが減らす、すなわちミス減らすための技術を身に付ける必要があります。次に「得点を奪う」ための技術を習得することで、ミスなく駆け引きの出来る選手へと成長を遂げることが可能になります。



指導・解説
堀 祐己 (野々市市立野々市中学校
卓球部顧問)
実技協力
石川県/野々市市立野々市中学校卓球部

1049-1 55分

ミスを減らす
確かな技術指導



1049-2 57分

得点を奪うための技術と
駆け引きの指導



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!

レベルに応じて「一球練習」と「多球練習」を使い分け、段階的に強くなる練習メニュー

商品番号 1049-S

全2巻 16,000円+税
各巻 8,000円+税

送料一律

741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

FAX.03(3818)6656



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!

2019.1