

# 山梨トレーニングセンター（山梨トレセン）活動開始

## 第1回

### 指導者・選手向けトレーニング講習会のお知らせ

山梨トレセンの活動のスタートとして低年齢層のトレーニングを各指導団体の指導者に覚えていただきながら、各クラブで更なる取り組みを後押しすることで山梨全体の意識レベルを高めていきたいと思っております。以下、趣旨をご理解いただき積極的なご参加をお願い致します。

#### 北村珠美トレーナー

##### 指導歴

平成 21 年~日本テニス協会ジュニアナショナル（U14 男子、U14 女子）

平成 23 年~青山修子プロ

平成 24 年~早稲田大学庭球部（男子、女子）

平成 25 年~山梨学院大学テニス部（女子）

平成 26 年~江口実沙プロ

##### 資格

平成 17 年 NSCA-CSCS 取得

National Strength and Conditioning Association の発行する  
認定ストレングス&コンディショニングスペシャリスト

平成 23 年日本体育協会公認テニスコーチ 取得



日 時 平成 28 年 4 月 29 日（祝） 9：00～12：00（終了予定）

会 場 山梨学院横根テニス場

費 用 参加者 1 回 ￥1,000（当日集めます）

参加資格（2種類あります）

A、実施日現在、国体強化 C チームの者（順不同）

男子 玉木快征、中村柊翔、中谷郁斗、久保嶋亮太、安達京聡、雨宮啓暉、萩原健太

女子 梁瀬 蘭、小河遥奈、桜林さくら、藤川紗羽、早川楓夏、曾根つばさ、中込笑愛

B、各団体で推薦する者 3 名まで（平成 28 年度小 5～中 2 年生）

（今後行う同会に参加最優先できる者、途中入れ替えはしません）

参加条件 A、B どちらも競技指導者が最低 1 名付いてください。（必須）

（兼ねても OK です。参加者父兄での代行は不可）

申込方法 所属団体名、引率指導者名、AB それぞれの参加者名（振り仮名）、学年、性別を明記の上  
下記のアドレスへ送信してください。（メールのみの受付となります）

担当 神河 [gktennis@mx5.nns.ne.jp](mailto:gktennis@mx5.nns.ne.jp)

締 切 平成 28 年 4 月 22 日（金）

そ の 他 1、同会の大きな目的は指導者がトレーニング知識を覚え、各指導現場に持ち帰  
ってもらうことであり、山梨テニス界の若年層の底上げを目指すものです。

指導者の多数の参加をお願い致します。

2、今後、月一回のペースで行っていく予定です。

# 「山梨テニストレーニングセンター」設立趣意書

## 1、趣旨

山梨県から日本を代表するようなトップ選手を輩出することを目標とする。

また、山梨県における全国屈指のテニス大会環境（ITF Pro circuit 男・女 \$10000、ITF 国際ジュニア G5、ATF14/U 国際ジュニア、JTA 大会年 4 回、関東テニス協会公認ジュニア大会年 8 回、県内初心者入門大会「チャレンジ」7 回など）を生かし、これまで以上に積極的な活動に移行していく。

これらを実現するためには、長期的な計画を持ち選手を育成・強化する指導環境が必要であり、山梨県テニス協会内にジュニア育成強化部門として、山梨テニストレーニングセンター（以下「山梨 TTC」という。）を設置し、県内のテニスの活性化・競技力強化を推進する。

## 2、設置に至るまでの経緯

従来、県内において国体強化の一環で、大会の上位者数名を強化するという考え方で県外遠征試合と、県内において県外選手との交流試合を中心に強化事業を行ってきた。また、関東テニス協会の U17・U15・U12 の合同合宿などに参加し事業を進めてきたが、実際に選手強化に結びついていない部分も見受けられ、また長期的な視点で見るともっと低学年の頃から育成していく必要性を感じていた。指導面でも、日頃のクラブ・学校指導者の指針となる様なプログラムが必要であると考えた。

長期的・計画的・系統的に選手を育成するためには、長期計画に基づきトレーニング、基本技術など取り入れていく事が重要である。

山梨 TTC は、18 歳以下と 14 歳以下のジュニアを主な対象者として、地元の高校及びクラブ・大学と連携する中で結果を出していけると考える。

## 3、計画内容

- ・ U18 国体強化育成事業      (県外練習試合 公式戦派遣)
- ・ U14 ジュニア育成事業      (S 級コーチによる強化練習・強化合宿)
- ・ 大会派遣事業              (関東大会・全国大会・公認大会等)
- ・ ジュニアアスリート・      (指導者育成講習会 ナショナル合宿に合わせて講習会)  
トータルサポート事業      (競技者育成の入門・チャレンジ大会)
- ・ 海外遠征事業              (未定)