

ナショナルトレーニング～9月12日（木）～報告

場所：ヨコハマ スカッシュスタジアム SQ-CUBE

参加者：山崎真結・安成翔太

担当者：佐野公彦

内容：①アジリティトレーニング
②基礎技術練習
③動きながらのショット練習
④コートスプリント

所感：レベル差があったこともあり、フィードによる練習をメインとして交代で行い、待っている選手はインターバルを兼ねて簡単なエクササイズやソロ練習を実施した。残念ながら、山崎選手は集中力が低く、質の高い練習を行うことはできていなかった。安成選手は、まだレベル的に基礎をしっかり行う必要があるが、練習の中で少しずつ変化していることは今後の成長へとつながってくると考えられる。

以上