

通い

# ジュニアキャンプ

Yokohama Izumi  
**3 DAYS**

## 基礎体力 技術力 精神力を上げる3日間

ジュニア育成 41年 元世界ランキング24位の神尾米プロを育てた伊良子校長の指導



41年にわたるコーチ経験から  
生み出された指導メソッドは  
現在でも高い評価を得ており、  
日本の女性指導者の草分け的存在。  
本年度から海外遠征の帯同を控え  
国内のジュニア育成に力を注いでいる。

伊良子 妙子校長

**8.3 - 8.5**

(WED) (FRI)

### イラコテニスカレッジ

泉中央テニスガーデン

### <キャンプ指針>

本キャンプでは、10歳以下/12歳以下を対象に伊良子校長の指導の下  
個々のレベルに合わせて 基礎体力・技術力・精神力のレベルアップを目指します。  
また 本キャンプを通して「礼儀作法」にも力を入れます。  
テニス競技におけるマナーはもちろん言葉遣いや行動なども厳しく指導します。

10歳以下

9:30-11:30

定員:12名(各日)

12歳以下

9:30-16:30

定員:12名(各日)

日程

メインテーマ

8月3日(水) 小さい体に負荷をかけない 徹底ストローク

8月4日(木) 入るサービスと振らないボレーの基本練習

8月5日(金) ポイントゲームを行い ルールやマナーを指導

エントリー費:3,000円

日程

メインテーマ

8月3日(水) ボール出して ストローク徹底基礎練習

8月4日(木) フットワーク強化 正しい打点を身に付ける

8月5日(金) ストローク復習&コートを使う方法を指導

エントリー費:8,000円(各日)

- ※ コートは4~6面予定/サーフェスはオムニ/ハードを予定。
- ※ 伊良子校長 他4人のコーチが指導します。
- ※ 10歳以下でも12歳以下に参加可能です。

- ※ 12歳以下は12時~13時30分まで休憩があります。
- ※ 12歳以下は昼食をご用意ください
- ※ 各日単位でも参加可能です。

### 伊良子校長 ~神尾米プロのジュニア時代 育成秘話~

1か月間 黙々とボール拾い

あきらめない 精神力と忍耐力



神尾プロが中学生の時 毎日、学校に行く前の朝の6時から練習していた頃ある日、その練習に遅刻をしてしまった神尾プロ。その後 1か月間 来る日も来る日も 黙々とボール拾いをさせたそうです。

ジュニア選手は、日々の地道なトレーニングが何につながっていくのかを理解できない事が多いと思います。

どんな環境に於いても諦めない精神力・忍耐力を身に付けられる指導を行っている伊良子校長の指導。神尾プロもそんな環境の中で、世界の舞台で戦える自信に繋がっていったのかもしれない。