

TPP

テニスが
うまくなる
トレーニング合宿

プロ選手とトレーナーが指導

沖縄 テニス合宿

新しい気づきを手に入れる

日時・会場

9/14 (土) 15 (日) 16 (月)

14日・16日 西崎運動公園
15日 吉ノ浦運動公園

3日間の合宿では、【テニスのパフォーマンス向上トレーニング】をテーマに、テニスとコーディネーショントレーニングを行い、これまでにない感覚や技術を身につけます。自分の限界を超えるチャンスです！

9月14日

パフォーマンス向上の基盤作り

脳と身体を結びつけ、自身の身体を効果的にコントロールしましょう！

9月15日

運動連鎖と視覚トレーニング

脚の力を使ってボールを飛ばし、目の使い方を改善することで動きが向上します。

9月16日

競技に必要な体力を養う

テニスに特化したトレーニングはパフォーマンス向上につながります。

対象

15歳以下のジュニア

定員

10名

参加費

1日参加：15,000円 2日参加：28,000円 3日参加：40,000円

※ 別途ネットエントリー手数料550円 ※ 宿泊費、交通費は含まれておりません



スケジュール

9月14日 (土)	9月15日 (日)	9月16日 (月)
西崎運動公園	吉ノ浦運動公園	西崎運動公園
11:00 オンコート	11:00 オンコート	10:00 トレーニング
13:00	13:00	11:00
お昼	13:00 トレーニング	11:00 オンコート
15:00 オンコート	13:30	13:00
17:00	お昼	お昼
17:00 トレーニング	15:00 オンコート	15:00 オンコート
18:00	17:00	17:00
		解散

スタッフ



秋山みなみ プロ

ジュニア時代は全国大会の経験はゼロ。
20歳で全日本選手権本戦に出場し、世界ランキングを取得。
プロ転向後、2度国際大会を優勝しました！
現在はイベントや都内の女子中高一貫校の指導、
プライベートレッスンを中心に活動中。



仲地翔太郎 トレーナー

TPPトレーニングスタジオトレーナー
山口芽生プロの専属トレーナー
(キャリアハイWTA399位・2024毎日テニス選手権優勝)
その他多数のプロ選手に指導中ジュニアからベテランの全日本選手も多数指導してます。