

テニスは相手との
駆け引きの中で
成り立つスポーツ

Pickup coach
柏の葉キャンパス校
荒木 智弘

ノスタルジーとワイルド

映画・ドラマ鑑賞が大好きです。特に、自分が学生時代に見ていた青春ドラマを見返して、あの頃を思い出しています(笑)。また、当時からよく聴いていた好きなバンド、Mrs.GREEN APPLEの『青と夏』が今の季節にぴったりで、聴く度に懐かしくなります。休日は、食べログ高評価のお店(千葉県内)とその町を散策したり、YouTubeを見たり、インドアとアウトドアを両立しています。また、一人で過ごすことが好きなので一人旅を計画中です。好きな有名人は長瀬智也さん。彼のワイルドさに憧れて、大学時代はオールバックで髭を伸ばすことに挑戦しましたが、全く似合いませんでした(笑)。いつかあの渋さを出せる男になりたいです。

☆意識高め☆の身体メンテナンス法

体のリカバリー効果を高めるため、カリウム、ビタミンB1、ビタミンC、クエン酸を含んだ食事を摂取するよう意識しています。また、月に最低1回は、ららぽーと柏の葉の3階にあるファイテンショップの酸素カプセルを利用しています。酸素カプセルは疲労回復・リラックス・美容効果が期待できるそうです(テレビ番組の特集で知りました)。さらに、家の倉庫に眠っていた「倒れるだけで腹筋ワンダーコア」を活用した腹筋の強化に加え、YouTubeや長友佑都選手の本を参考にした体幹トレーニングをお風呂前に行っています。コースをついたり、スピードや球種を変えながらポイントを取っていくテニスは、相手の傾向や苦手なショットを分析したり、自分の特徴を理解することが勝ちにつながっていきます。ショットが上手に打てるようになることも楽しさの一つですが、心・技・体をバランスよく鍛えることが重要です。一緒にレベルアップしていきましょう!

●使用ラケット……DIADEM/ELEVATE 98 V3

しっかりスイングした時のパワーとスピンのバランスがとても良いです。ハードヒッターにオススメのラケットです。

●おすすめストリング…DIADEM/Solstice Black 16L

柔らかい打球感で食いつきがとても良く、ボールを掴んで飛ばすフィーリングです。スピン性能も重視しつつ、ソフトな打球感を求める方にオススメです。

生徒からコーチへ!一緒にテニスを楽しみましょう



北松戸校 コーチ 立川 伊織

皆さん、初めまして!私は中学生の頃から幕張新都心校に通い、さまざまなコーチからテニスに対する情熱を感じ、多くのことを学んできました。アルドールの情熱を皆さんにもお届けできるように頑張ります。

質問形式で自己紹介!

Question

①好きなテニスプレイヤー

②これだけは誰にも負けない! ③私の必需品

④マイブーム ⑤苦手で克服したいこと ⑥座右の銘

- ①ニック・キリオス選手 ②ご飯をたくさん食べること
③スマートフォンの充電器 ④野球観戦
⑤早起き ⑥志は高く、愛情は深く、友情は等しく

アルドール レディースカップ開催決定

今こそレッスンの成果を示せ!! アルドール女子ダブルス王座決定戦



北松戸校 コーチ 櫻井 美和子

お待たせいたしました!アルドール女子の頂点を決める、第2回アルドールレディースカップの開催が決定いたしました。今年、より多くの方に参加していただけるよう、「ベテランの部(60歳以上)」と「一般の部」に分け、エントリー数も増やしました。さあ、今年も日々の練習の成果を試しに、迷わずチャレンジしてください!皆さまのご参加をお待ちしております。

概要

お申し込みは8月下旬より受付開始予定です

【日程】 予戦 2023年10月7日(土)
本戦 2023年10月8日(日)
予備日 10月9日(月)

【時間】 9:00~16:30

【参加費】 1人 10,000円(税込)

【場所】 エストーレホテル&テニスクラブ(予定)

- 【募集構成】 ① C2・3(一般) 25組
② C4以上(一般) 25組
③ C2・3(ベテラン) 12組
④ C4以上(ベテラン) ... 12組



※開催場所、内容については変更になる場合がございます。

幸野コーチの ちょっと聞いてよ~

デイリーコラム

Daily Column

日常で感じたことを、おしゃべりするコーナーです!

Talk.5

一期一会

市原校 コーチ 幸野 亮



5月に開催された、5校合同イベント「テニスフェスティバル2023」は、私たちコーチにとっても、他校の会員さまとお会いできる貴重な時間でした。

「初めまして」の方との出会いはもちろんのこと、以前私が在籍していたおゆみ野校と幕張新都心校に通われている会員さまとの再会、本当に楽しい時間を過ごさせていただきました。また、前回のレピスタのコラムを読んで「缶コーヒーを飛び越えられるようになった?」「ちょっとだけスリムになったね」などといじってくださったことも、とてもうれしかったです😊

この一期一会の出会いに、まずは感謝いたします。ありがとうございました!

さて、今回のコラムのタイトル『一期一会』は、「一生に一度の機会や出会いを大切にしよう」という意味があります。

一生に一度しかない大切な出会いですから、日頃からレッスンの時間を無駄にすることなく、最高に充実させたいと思っています。ただ、私個人としては、会員さまとの出会いの中で一期一会の精神をどれほど徹底できているかというと、まだまだ未熟な部分も多々あると感じています👉

例えば、新しく出会う会員さまの名前や好まれるテニススタイルをいち早く把握すること、また、自分のテニスやレッスンの進め方を日々進化させることなど、課題はたくさんあります。転勤で環境が変わったことで、より一期一会の精神の重要性に気付くことができ、今まで以上に模索しながらより良いレッスンを作り上げていきたいと日々思っています。今後も千葉ニュータウン校開校などに伴いコーチの異動があるかもしれませんが、会員さまとイベントで再会した時には、お互いに「成長」や「より良い変化」に驚けると良いなと思っています。

最後に、一期一会というのは、繰り返し何度も会う方との出会いも改めて大切にしよう、という意味もあります。普段お世話になっている会員さまにも喜んでいただけますよう、スタッフ一同、引き続き誠心誠意尽くしてまいります。

ではまた次回、お楽しみに!!



紅白戦 2023

7月2日(日) @幕張新都心校

応援ありがとうございました



実に4年越しの開催となった「紅白戦2023」。久しぶりにお迎えした大勢のお客さまに、コーチ一同による白熱の戦いをご覧いただきました。

レッスンの合間に練習を積み重ね、筋トレや食事の管理などそれぞれ入念な準備を行って臨んだコーチたち。初出場の緊張を振り払い奮闘する若手から、巧みなショットを繰り出すベテランまでバラエティに富んだ真剣勝負の数々に、普段のレッスンで見せる顔とはまた違った一面をご覧いただけたのではないのでしょうか。絶妙な配球や華麗なプレー、迫力のラリーにあちこちから感嘆の声が上がり、大観衆が息を飲み一球の行方を追った熱き一日。お客さまと再びこの場を共有できた幸せを心に刻み、いただきました大きなご声援に心からの感謝を申し上げます。



試合結果

紅組(幕張新都心校/市原校)・白組(おゆみ野校/北松戸校/柏の葉キャンパス校)

- | | | |
|-----|----------------------------------|---------------|
| 第1部 | ■ 宮崎 勇輝・泉澤 尚宏 ○ (10-8,10-6) | ● 松村 時光・田中 翔馬 |
| | ■ 湯原 雅人・磯本 実典 ○ (10-4,7-10,10-4) | ● 樋口 裕・立川 伊織 |
| | ■ 池田 壮・福田 怜央 ○ (10-9,4-10,10-6) | ● 神田 佳樹・中谷 優大 |
| 第2部 | ■ 坂井 義典・小越 栄季 ● (4-10,9-10) | ○ 吉原 哲平・岡野 光稀 |
| | ■ 伊藤 亮・磯本 実典 ○ (10-5,10-9) | ● 田巻 信吾・荒木 智弘 |
| | ■ 幸野 亮・池田 壮 ○ (10-9,4-10,10-9) | ● 藤井 裕之・松村 時光 |
| 第3部 | ■ 大杉 亮輔・照井 悠斗 ○ (10-9,10-3) | ● 荒木 智宏・中谷 優大 |
| | ■ 東 修平・橋本 祐樹 ● (6-10,7-10) | ○ 高橋 聡・藤井 裕之 |

■ = 紅組 ■ = 白組

- エキシビジョンマッチ
- ★ 第1試合 風早 一樹 ● (4-10,10-7,6-10) ○ 湯原 雅人
 - ★ 第2試合 伊藤 祐樹・桑原 葵 ○ (7-10,10-6,10-6) ● 豊田 聖矢・田村 妃菜
 - ★ 第3試合 田中 翔馬 ● (6-10,9-10) ○ 立川 伊織
風早 一樹・村上 誠 ○ (6-4) ● 豊田 聖矢・伊藤 祐樹

※最終戦のみ1セットマッチ



アールドールコーチの試合戦績 & 試合出場予定をご紹介します！

コーチ名の後ろ()内は所属校。幕=幕張新都心校、お=おゆみ野校、市=市原校、北=北松戸校、柏=柏の葉キャンパス校、本=本部



実業団女子チーム



2023年度 千葉県実業団対抗女子テニス大会

開催日 2023.5/13 sat **会場** フクダ電子ヒルスコート

登録選手 田村 妃菜(北)、桑原 葵(北)、櫻井 美和子(北)、
原 久美子(北フロント)、野田 由紀(本)



出場予定

実業団
女子チーム

第62回 全国実業団対抗テニス大会(ビジネスパル・テニス 全国大会)に出場します！

開催日 2023.8/25 fri ~ 8/27 sun **会場** 富山県 岩瀬スポーツ公園コート

大会中はレッスンをお休みさせていただくなどご迷惑をおかけいたしますが、応援のほどよろしくお願いいたします。



実業団男子チーム

フリーグ
1位通過

2023年度 千葉県実業団男子リーグ戦

フリーグを一位で通過し、Eリーグへ昇格。
次回も一位通過を目指します！

開催日 2023.4/2 sun ~ 7/23 sun

登録選手

小越 栄季(市)、大杉 亮輔(市)、池田 壮(市)、
照井 悠斗(市)、泉澤 尚宏(市)、福田 怜央(市)、
松村 時光(お)、田中 翔馬(お)、岡野 光稀(北)、
磯本 実典(幕)、中谷 優大(柏)、荒木 智弘(柏)、
神田 佳樹(柏) ※日程により上記登録選手から数名が出場



第56回 新松戸山喜 千葉県テニス選手権大会(男子ダブルス)

開催日 2023.4/8 sat ~ 5/7 sun

出場選手 豊田 聖矢(北・幕)・伊藤 祐樹(北)ペア

準優勝



編集後記

常に新しい情報をお客さまに提供できるよう、毎月の休みの日を利用して1dayの大会に出場しています。他スクールのコーチやテニスYouTuberが出演しており、試合のレベルも高く、自分の技術向上に繋がることはもちろん、お互いにテニスについて情報交換できるので、毎月の楽しみになってい

ます。毎回本戦までは勝ち残れて、あと1歩で優勝できそうなのですが…。どうしても悔しいので、負けてしまった時は対戦相手にアドバイスを貰うのですが、誰に聞いても同じ課題をいただきます。「体力ないね～」 「走り続けてください」「痩せよっか」…(笑) 来月も、がんばります！

市原校 大杉 亮輔



アールドールテニスステージ

- 幕張新都心校 〒261-8535 千葉市美浜区豊砂1-6 イオンモール幕張新都心 アクティブモールスポーツオーソリティ 3F ☎043-301-4001
- おゆみ野校 〒266-0032 千葉市緑区おゆみ野中央1-15-3 ☎043-300-2151
- 市原校 〒290-0066 市原市五所1773 ☎0436-37-5541
- 北松戸校 〒271-0052 松戸市新作240-3プレメンスト内2F ☎047-330-2177
- 柏の葉キャンパス校 〒277-0871 柏市若柴187番地中央146街区3 ☎04-7137-1212

アールドールテニス

検索