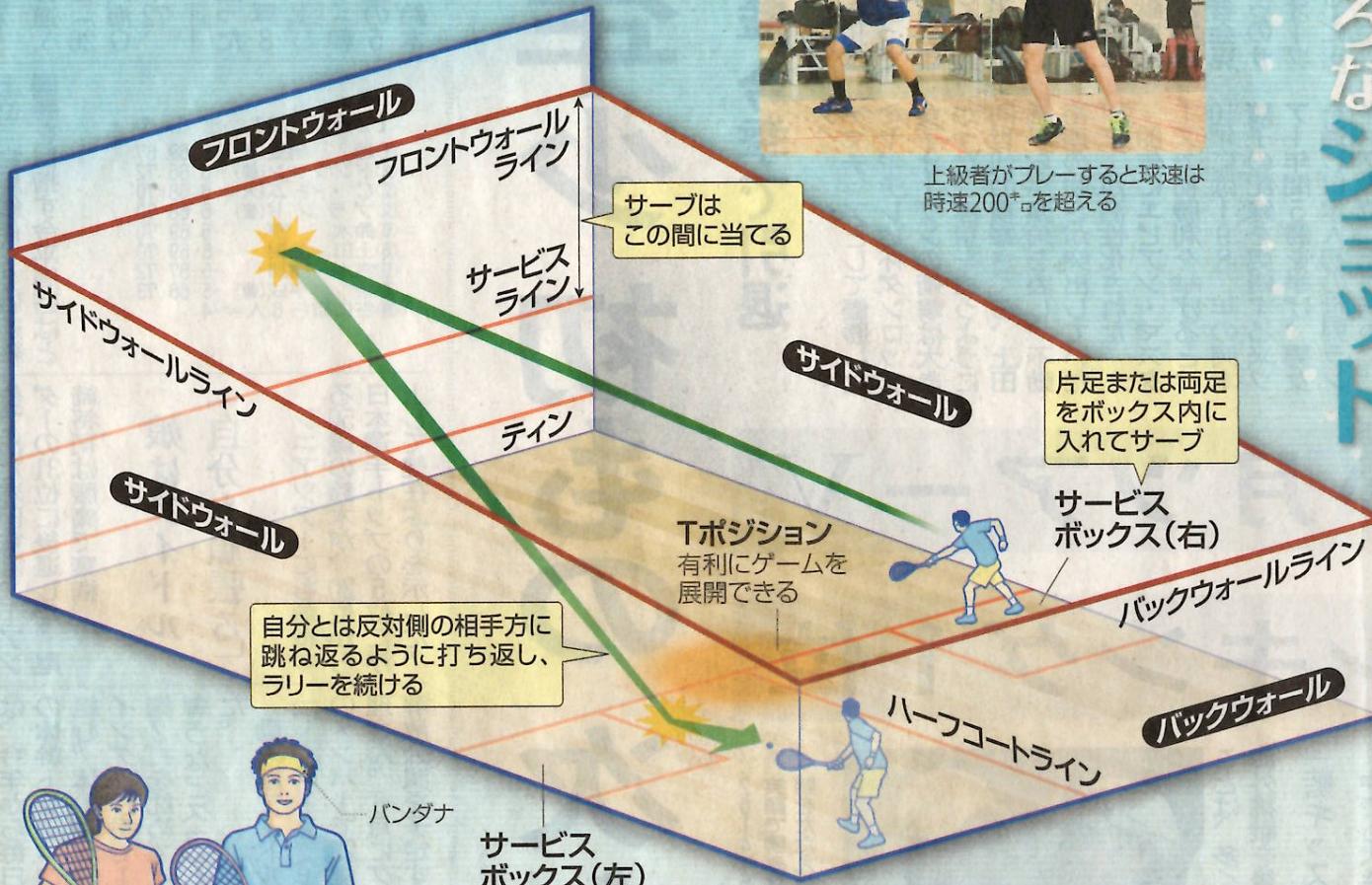


いざコートへ! ラリーに挑戦



ウェア

コートにはタオルを持ち込めないため、汗対策を

18歳渡辺 ジュニア首位

スカッシュはどの国が強いか知っていますか。現在、男女とも世界トップに君臨する国はエジプトです。世界ランキング(26日現在)では男子トップ10にエジプト代表が7人、女子も3人がランクインしています。

エジプトがスカッシュ大国となつた背景には、長年大統領を務めたホスニ・ムバラク氏が、スカッシュを趣味として体を動かすことを好んだことから、競技の発展にも注力したことが大きいとされています。アジア勢も負けておらず、女子の

トップ10にはマレーシア勢が1人。香港も豪選手を輩出しています。いずれも国家的な強化が実り、アジアをリードしています。

日本勢は女子の27歳、全日本選手権8連覇中の小林海咲(メッドサポートシステムズ)の41位が最高です。しかし、ジュニア(18歳以下)だけの世界ランキングでは、渡辺聰美

いろいろなショット

ストレート
真っすぐ打ち返す

ボースト
サイドウォールに当てるから前面を狙う

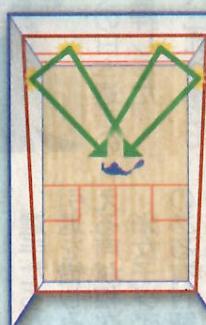
ドロップ
壁際に落とす

上級者向け
ニックショット

壁と床の間を狙ってボールを弾ませない

上級者向け
フィギュアエイト

前と左右の壁3面で、フォアとバックを使い分け、「8の字」を描き続ける



デザイン部 三厨加代子 写真部 繁田央央

(同)がトップに立っています。日本人では初めての快挙です。

18歳の渡辺は、2016年全日本選手権で2位。10歳からマレーシアに留学し、腕を磨いてきました。今月行われたプロトーナメントでも優勝しており、日本スカッシュ界の未来を担うホープの今後の活躍に、ぜひ注目してください。

Do! sports

基本の打ち方を覚えたら、次は1対1のゲームに挑戦してみましょう。スカッシュは1ゲーム11点先取の5ゲーム制(3ゲーム先取で勝ち)です。4面を壁に囲まれたコートでダイナミックな動きができますが、まずは楽しく気持ち良く体を動かしましょう。

サーブはコート両端のサービスボックスのいずれかから、足をいれながら打ちます。最初はフォアハンドで、慣ればバ

ックハンドで下からのサーブをしてみましょう。フロントウォールのサービスラインより上を狙い、ハーフコートラインの反対側にはね返します。

プレーの基本はコート中央で丁字にラインが交わる「Tポジションに戻れ」。順天堂大学の柳谷登志雄監督は「それを占領すればボールが拾いやすく、相手からも攻め込まれなくなる」と話します。ヨットの種類を増やしましょ。駆け引きを楽しむため、シ

殺ショットもあります。

1人での練習には、上達す

れば「フィギュアエイト」という方法があります。まず、

前壁の左端へボールを当

て、左壁に跳ね返って自身へ

ノーバウンドで返る「ボレー」

を放ちます。そのボールを、

今度は前方右端→右壁へのボ

レーとし、この動作を繰り返

します。その際、フォアハンドドロームの解消や口コモティブシンドローム(運動器症候群)の予防につながります」とアピールしています。

柳谷監督は「全身を使うの

で、中高年のメタボリックシ

ンドロームの解消や口コモ

ティブシンドローム(運動器症

候群)の予防につながります

とアピールしています。



夏だ! 波乗り挑戦
6月10日掲載

松井千夏さんの 楽しんでます

まつ・ちなつ
れ、川崎市出身。全日本選手権4度優
勝の実力者で、世界ランク最高位は50
位。プロ活動の傍ら普段にも取り組む
SQ-CUBE PRO所属。

つい・ちなつ
8月で40歳となる。鍛え抜いて
きた肉体には年齢による変化を感
じるが、昨年の全日本選手権3位
とハイレベルな戦いを続ける。
もちろん、体力維持への努力
は惜しまない。「少しでも長くコ
ートに立ち、プレーを見せられた
うれしい」。一人でも多くの人
に魅力を知ってもらいために。
(終わり)

戦い続け 魅力を伝道

2001年の全日本選手権初制
覇から計4度優勝した先駆者は、
スカッシュ界の「顔」として競技
の普及に走り回ってきた。
20年東京五輪の追加種目入りを
逃し、心配するのは減りつつある
スカッシュコートの現状だ。「今
あるコートをこれ以上減らしては
いけない。できることを発信して
いかないと」。日本代表は退いた
が、背負う使命は変わらない。
現在はレッスンで指導すること
が生活の中心となっている。教え
る相手は初心者や高齢者ら。「ビ
リヤードみたいに、ボールが変化
するところを楽しんでもらいた
い」と期待する。



plus

まる見え 透明コート

海外での大会では、4面の壁が透明の
ガラスコートも採用されています。ビーチサイドやショッピングモールなど、驚く場所で多くの人を魅了しています。

2014年に英国・グラスゴーで行われた
大会は、透明なコートを囲むように観客
席が設置され、360度から選手に声援が
送られました=写真、日本スカッシュ協
会提供=。同年にタイ・プーケットで開か



れた大会はビーチ沿いに透明なコートを
設置。観客の視線の先に青い海や夕日が
広がる眺望の中で行われました。今年4
月に行われたアジア選手権(インド・チェ
ンナイ)はショッピングモール内に設置
され、買い物客らも熱戦を見守りました。