

200万人ボレーボレー開催手順

2021年から「200万人」を目標に掲げています。今年も開催のご協力をお願いいたします。

レッスン開始時の説明

「9月23日は、みなさん何の日か知っていますか？そうテニスの日です。テニスの日の週は全国で一斉にボレーボレー大会が行われています。今日のレッスンでもチャレンジしてみますのでがんばりましょう」

レッスン中での開催の時間帯

- ・レッスンの始めのウォーミングアップの代わりに実施
- ・レッスン中のラリー練習の一部に実施
- ・レッスン終了間際のクールダウンに実施

ボレーボレー実施ルール

【基本ルール】

ボレーボレーを行いミスなく10分間つなげると達人、5分で5段、3分で3段の認定

【その他・オリジナルルール】

- ・時間を短くして行う(1分間で初段としてもOK)
- ・短い時間の中で長くつながった回数をカウントしてペアで競う
- ・決まった回数をどのくらいの時間で出来るか競う
- ・ワンチャンスでフォアボレーとバックボレーを交互に20回打ちミスなく行う
など各スクールのオリジナルのルールを作って実施してみてください

レベル差や年齢差の対応

- ・初心者クラスなどレベルの低いクラスはボレーボレーの距離を短くする
- ・スポンジボールなどの柔らかいボールを使って易くする
- ・ジュニアクラスはラケットでボールを転がして続ける
- ・ラケットを使わずキャッチボールでおこなう

ボレーボレー開催セット

各スクールで開催しやすいようにホームページからダウンロードできる開催セットをご用意しています ※セット内容(開催ポスター、認定書)
又、各スクールで実施しやすいルールやポスター作成なども大歓迎です。
ボレーボレーイベントを開催してテニスの日を盛り上げてください