

静岡市卓球協会強化練習会（インターハイ代表者対象）

1. 期日 平成24年7月8日（日）
2. 時間 18:00～20:00
3. 会場 井上卓球場（葵区横内町）
4. 内容 テーマはランキング獲得に必要なもの
 - （1）サービス強化（自分の映像を相手の立場で見る）
 - （2）メンタルコントロール（戦略に集中）
 - （3）食事計画（試合2日前と当日の補食）
 - （4）体調管理と体のツボ（試合直前と試合中）
5. 持ち物 練習用具一式

静岡市卓球協会 強化普及部

部長 立花 信也

副部長 白田 保徳