

海外研修報告

『テニスのコーチングプログラムの開発に関する調査研究—スペインのテニスアカデミーを訪問して—』

高橋 仁大
(スポーツパフォーマンス系)

はじめに

本学の将来像を考える上で、スポーツパフォーマンス系に所属するものとして競技力向上への貢献が必要である。そのためには世界最先端のテニス実際に触れる必要がある。

特に近年、男子テニス界においてはスペイン選手の活躍が注目を集めている。2002年のツアー最終戦に出場した8名のうち3名がスペイン選手であった。そのような進境著しいスペインのトップクラブである「Sanchez - Casal Tennis Academy」におけるコーチングの内容を調査し、より良いコーチングプログラムの開発を目指すことが今回の調査研究の目的である。派遣期間は平成15年1月29日から2月11日までの14日間であった。

Sanchez - Casal Tennis Academy について



図1 Academyの風景その1。この右手にハードコート15面と人工芝コート2面がある。

近年の男子テニス界においてスペイン選手の活躍はめざましく、世界のトップ10に入る選手を何名も輩出している。中でも Sanchez - Casal Tennis Academy はそれら世界のトップ選手を数多く輩出

しており、スペインでも名門クラブの一つとされている。特にヘッドコーチのヒメネス氏のコーチングには定評があり、現時点での世界最先端のテニスに触れることができると考えられる。

同 Academy はアンツーカーが10面、ハードコートが15面、人工芝コートが2面あり、そのほかにクラブハウス、トレーニングルーム、宿泊施設等を備えている。スペイン以外の国からも多くの選手がトレーニングに来ており、カナダやドイツ、ブラジルから来ている選手もいた。



図2 Academyの風景その2。左の建物がトレーニングルーム。トレーナーが常駐している。

1日のうち午前中に4時間、午後に2時間のトレーニングを行っており、午前中には1時間のフィジカルトレーニングを含んでいる。トレーニングルームには専門のトレーナーが常駐しており、選手に応じたメニューを組んでいる。



図3 フィジカルトレーニングの様子。この日は長距離ランニング。

またクラブ内はいくつかのグループに分かれており、特にトップグループにはこれからの世界を担う若手選手が在籍し、世界ランキングを目指して激しいトレーニングに打ち込んでいた。

Academy のコーチングについて

Sanchez - Casal Tennis Academy におけるコーチングはストロークを中心にしたものであった。特にスペインをはじめヨーロッパにおけるコートサーフェスはアンツーカーと呼ばれる赤土のクレイコートが中心であり、このサーフェスは球足が遅いことで知られている。そのために同 Academy ではそういったサーフェスで用いられるストローク戦術を中心にしていた。

オンコートのトレーニングは1人のコーチが3面を担当し、コーチはボール出しのトレーニング、他の2面では基本的に1対1のラリーを行っていた。コーチはいくつかのベーシックなドリル練習の中から、各選手に応じてドリルを行い、課題の克服に務めていた。コーチのドリルを受けた選手はコートを移動し、1対1のラリー練習の中で課題を意識しながらトレーニングを積んでいた。

トレーニングの内容はグラウンドストロークを中心とした、基本的なものに終始していた。写真のようなボール出しのトレーニングを主に行っており、しっかりとラケットでボールを捉えること、



図4 オンコートトレーニングの様子。プレイヤーは元世界ランク1位のアランチャ・サンチェス。

そしてフットワークを重視していた。基本的なものといってもその内容はハードなもので、1人の

選手に対するボール出しの時間は日本で行っているものの約3倍程度の時間をかけていた。そういったハードなトレーニングを毎日積んでいくことで、厳しい世界ツアーの中で勝ち残っていく体力と精神力が備わっていくようにも感じた。

これまで日本に伝えられていたスペインのテニスに関するイメージは、回転を多くかけたトップスピンのストロークというものであったが、実際に同 Academy で重視していたことはトップスピンをかけるということよりも、しっかりとフラットにボールを捉え、力強いボールを打つということであった。またオープンスタンスで打球することが現在のテニスの主流であるが、そのイメージも日本に伝えられていたオープンスタンスではなく、どちらかというと古典的な「横向き」の形をあまり崩さずに打球するというものであった。

特に今回感じたことは、日本には非常に多くの情報が集まっているが、その中心にあるものは何か、何がベースにあるかということが欠如していて、表面的に行われていることだけを模倣している、ということであった。さらにテニスというスポーツは世界各国で行われているスポーツであるが、そのテクニックの根本はどこに行ってもあまり変わらないということ、そしてそのベースをきちんと伝えていくことが重要である、ということであった。



図5 ヘッドコーチのアンヘル・ヒメネス氏(中央)と。

スペインにおけるテニス事情について

バルセロナにおけるテニス事情についての調査も併行して行った。バルセロナにある他のテニスクラブの現状やカタルーニャ地方のナショナルトレーニングセンターの視察を通じて、同地方における競技力向上方策についても調査を行った。

バルセロナにはテニスクラブが数多く存在し、そのほとんどが潤沢な施設を整備しており、テニスというスポーツの社会的な地位が高いことが伺えた。写真の Real Club de Tennis Barcelona は100年以上の歴史を持つクラブであり、ATP ツアー



図6 Real Club de Tennis Barcelona のセンターコート。同クラブでは毎年 ATP ツアーの大会も開催される。

の大会も開催している。また老若男女が様々な形でテニスを楽しんでおり、スポーツに対する意識の高さも伺えた。とくに会員の多くは（年齢が高



図7 クラブハウス内のバル (Sanchez - Casal Tennis Academy)。

い人も) シングルス試合をすることがほとんどであり、日本におけるダブルス志向とは異なっていたのが印象的であった。

またどのクラブにも必ずクラブハウスがあり、その中にはバル (Bar ; カフェテリア) が備えられていた。クラブハウスが社交の場であり、テニスを行うだけでなく、テニスを通じて人と人とがコミュニケーションをすることを重視していることの現れであろう。

またバルセロナのあるカタルーニャ地方のトレーニングセンター (CAR: Centre d'Alt Rendiment) を見学する機会も得た。スペインは各地方の独立意識が強く、「国の」ナショナルセンターというよりも「おらが村の (地方の)」ナショナルセンターを持つことが重要視されるようである。



図8 カタルーニャ地方のトレーニングセンター「CAR」。直訳すると「能力開発センター」。

同センターには各競技種目の施設とトレーニングルーム、宿泊施設、スポーツ医科学施設、教育施設がある。オリンピックで行われるほとんどすべての種目に関する施設があり、見学した日もそのほとんどでトレーニングが行われていた。学校も併設されており、同センターに滞在して教育を受けることもできる。訪問時は奨学金を得てトレーニングを受けている選手が270名おり、そのうち170名はセンターに居住、他の100名は通学しているとのことであった。

スポーツ医科学施設も見ることができたが、本学の保健管理センターと同じようなもので、医学的なサポートを重視しているようであった。スポー

ツ科学に関する施設・設備はほとんど見受けられず、その点に関しては日本の施設の充実振りを思い知らされた。ただし繰り返しになるが、同センターでは我々が見学したときもほぼすべての施設が使われており、日本のように「遊んでいる」状態のところは見られなかった。施設・設備を整備することも大事だが、既存のものをどれだけ活用できるか、整備した施設・設備をいかに活用するか、ということの方が重要であるということをおぼろげに感じた。

テニスに関しては同センターには屋外コートが2面あり、その他に4面を建設中であった。また室内コートも4面あり、当日はスペインの若手、ロペス選手(2002年ATPランキング62位)とロブレド選手(同30位)がトレーニングを行っていた。また奨学金を受けて活動している13歳から15歳のジュニア選手もトレーニングを積んでいた。



図9 CAR内のインドアコート。一番奥のコートではATPランカーのロペス選手とロブレド選手が練習をしていた。

おわりに

今回の派遣により学生への指導、競技力の向上に関する新たな知見を得ることができた。特に世界のテニスを牽引するスペインの強さの秘密の一端を感じることができた。それは昨年のオーストラリアへの派遣時に感じた「陽気さ」とはひと味違った、シビヤな世界を目指す現場の雰囲気、そしてスペイン選手に独特のねばり強さや精神力の強さを養っている背景ということである。

またスポーツの振興、文化としてのスポーツの発展という観点からも深く考えさせられた。

本学の目標の一つとして国際的な競技力の向上が掲げられている。世界のテニスから遅れをとっている日本のテニスをいかにして世界レベルに押し上げていくか、それに向けての具体的な方策を考えていこうと思う次第である。

最後に、このような機会を与えてくださった学長をはじめ、ご協力いただいた諸先生方に感謝の意を表して、本稿を終えることにする。



図10 今回の派遣で公私ともにお世話になった植田実氏(JOC派遣コーチとして Sanchez-Casal Tennis Academy に留学中)と。バルセロナのオリンピックスタジアムにて。