

100万人ボレーボレー大会開催手順

テニスの日は今年で20年。100万人を目指し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

「今週は9月23日がありますが、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あります。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分間つながると達人、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分間で初段としています)
- ・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作成しました。 ※セット内容(開催ポスター、認定証、、表彰状)
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。
是非「100万人ボレーボレー」イベントを開催して盛り上げてください

