

Tennis House

February
2
2014

fun



Introduction of Stuff
1
Haruki Tanoue

真剣になる
それを突き詰めて

コーチングスタッフ

田之上 晴樹

1990年4月24日生まれ
埼玉県朝霞市出身

全日本ランキング最高位 ダブルス68位
2012年 京王オープンダブルス優勝

俊足を生かしたカウンターショットを得意とする。コートカバー力に長けており、粘り強いテニスで相手を徐々に追い込むプレースタイルが特徴。
現在全日本ランキング最高位を更新中



テニスとの出会い

テニスとの出会いは、あんまり良い出会い方では無いのではありませんが。。中学までは野球をやってたんですけど、高校に入学したときに野球部ではなく、テニス部に入ったのがテニスとの出会いなんです。高校は浦和学院高校だったんですが、野球じゃ名門校じゃないですか、だから練習が厳しそうで逃げ腰になったんですよねえ。(笑)そんな時に友達がテニス部に入ろうよって誘ってくれたんです。それで入部を決めたんですけど、まさかこまま

でテニスにはまるとは思わなかったですね。(笑)

それがテニスとの運命だったなっ
て感じてるんですけど、逃げ腰で
入ったテニス部も全国区の名門だっ
たんですよ。そこで揉まれましたね。
名門でしたから、部員数もめちゃく
ち多くて、練習は、推薦入学で集
められたレギュラー組が10人で2
コートを使ってそれ以外は1コート
を20人で使うなんて環境でしたね。
球を打つよりも、拾う方が圧倒的に

長かったですからね。そんな中で練習していたので、ボールを打てるのってすごい嬉しいんですね。

上達の方法

高校時代はそんな環境でしたから、ボールを打つ時は集中してっていうのが自然と身について行きましたね。普段の練習の事って試合で必ず出るじゃないですか、大事な場面でも意識しないで集中した状態が保てるのが理想の状態だと思うので、普段の練習では、集中力を保つ事を気を付けていますね。

あとは、その時々で練習するべき課題があるので、それを重点的にやるようにしています。試合の中で課題が見つかるので、その度に練習しなければいけない事が変わっていきますね。技術面の課題であれば練習相手をお願いをして、内容を絞ったメニューにしてみたり、時にはメンタル的な部分の練習もありますね。試合への入り方なんかを考えたりもします。良いテンションで試合に入るのって、プロでも難しかったりする

るくらいですから、よっぽど僕なんかは練習しないとダメですよ。プライベートな事が試合に影響したりもするので、私生活の過ごし方なんかも気を付けたりします。何事も練習ですよ。全部が自分の為になるって思って練習しています。

レッスンテーマ

レッスンテーマは「出来ない事を出来るようにする」ですね。出来るようになるってやっぱり嬉しいですし、これが重なる自信にもつながりますよね。自分の練習方法が課題を出来るまでやる事ですから、レッスンでの指導テーマも同じような感覚ですね。出来るようになった時って、それだけでテニスが好きになるじゃないですか、だからその嬉しさを実感してもらうために、自分が試合や練習で気付いた事を分かり易く伝えながら楽しく上達できるように心がけています。

テニス観

テニス観ですかー。「楽しみながら真剣に」ですかね。今までテニスが続けているのは、やっぱりテニスが楽しいからですし、楽しくないと成績も上がらないかなと思います。ランキング（全日本ランキング）も今、キャリアで最高位まで来ましたし、今はランキングを上げていく楽しみもありますね。根っから楽しい事が好きなので、きつと楽しくないとダメってのも有ります（笑） 試合で遠征に行った時も、宿泊先では仲間がいて、くだらない話なんかをするのも楽しいですね。

あとは、やっぱり真剣にですね。ここから先、ランキングを上げていくには、楽しいだけでは絶対無理ですね。より多くポイントを稼ぐにはレベルの高い試合で勝たないといけません。これが相当難しいです。このレベルで勝負選手は、土壇場の集中力が半端ないですね。大事なポイントは絶対取りますね。これが今

の自分との差だと思います。だからやるべき事は分っているので、それをどれだけ真剣にものにできるかが、今後の自分のテーマですね。真剣に、なかなかアバウトな表現かもしれませんが、侍は刀で斬るか斬られるかの命がけの真剣勝負の世界で戦ったんです、トップの世界で勝ち抜くのはそれと同じくらい真剣勝負だと思っています。だから真剣って言葉は、自分的には命懸けなぐらいの言葉だと思っています。今年こそ、全日本選手権出場を目指して、「楽しみながら真剣に」頑張りますので、応援よろしくお願いします！



Tennis House

fun[®]
テニスハウスファン