

リターンゲームを取る

ブロックリターンのコツ

- テイクバックはほぼ無し
- 速いサーブ相手だとあてれば返球できるのでとにかくコンパクトに



ブロックリターンのコツ

- テンポ良く踏み込む
 - 速いサーブには全身の体重移動をぶつける



サーブを予測する

- トスの位置を見る（右利き）
 - 頭の上から背中ならスピン
→ バック側に来やすい
 - 体の正面ならフラット・スライス
→ フォア側に来やすい



こんなに違う！



最後にどっち？

