

☆☆☆エンジョイ系！☆☆☆



ひとダブ

「ひとダブ」とはひとりから参加できるダブルス交流会ことで
(弊社アレンジのプログラム)

参加者を集い、集まった人達で練習したり
ダブルス等のゲームを行っていきます。

参加者レベルの目安：初中級～中上級

ルール・プレー制限：体へのハードヒット・個人攻撃、
他の参加者への指導、アドバイス禁止

他の参加者と楽しく出来ることが条件です。
出来ない場合はお断りする場合があります。



「ひとダブ」 エンジョイガイド



参加者の皆さんが楽しめるように気を配って下さい。

最近、プロの日本人選手の活躍で新しくテニスをはじめ方が見られるようになりました。また、新型コロナウイルスの影響で屋外でのスポーツ、屋外での習い事として少しずつプレーヤーも増えてきました。

老若男女問わず、一緒にプレーを楽しめるのもテニスの魅力です。

しかしながら、テニスコートが必要、一緒にプレーをするメンバーが必要など、プレーする機会が少ないのも事実です。

そこで皆さんに「少しでも気軽にテニスができる場を提供したい！」と思いこのプログラムを企画いたしました。

このプログラムを楽しく行うためには、皆様いくつかのお願いがあります。

ぜひ、ルールやプレー制限、マナーなどを守って楽しくプレー出来るようにお願い致します。

周囲のレベルに合わせたプレーを！

参加者レベル目安は「初中級者～中上級者」とさせて頂いております。レベル差がありますので、初中級者や女性プレーヤーなどにスマッシュやストレートアタックなどの「体へ向けてのハードヒット」は禁止します。もちろん、女性プレーヤーでもレベルの高い経験者であればよいと思います。相手のレベルを理解してプレーする配慮をお願い致します。

想像力を働かせて！

点を取るためにはレベルの低いプレーヤーや、その日の調子が悪いプレーヤーを狙うのがセオリーかもしれませんが、やられた方は楽しくありません。こちらのプログラムでは「個人集中攻撃」を禁止します。優しいボールで続けてあげたり、そのプレーヤーの気持ちが落ち込まないように心がけて下さい。

また、ナイスなプレーや、頑張ったプレーの後は「ナイスプレー！」と声をかけてあげたり、「ラケットでタッチ」をしてあげて下さい。雰囲気は良くなります。

習いに来てるのではありません！

汗をかいてプレーして、コミュニケーションを取って楽しい時間を過ごす為のプログラムとなっておりますので「他の参加者へのアドバイス・指導」は禁止します。

その方のためを思っただけのアドバイスだとは思いますが、不快に感じる方もいらっしゃいます。また、しっかり聞いてくれてるかもしれませんが気を使って不快に思っていることを言い出せないでいる場合もあります。ご配慮下さい。

空気を読む！

そもそも知らない参加者同士が集まる場なので、経験年数、レベル、年齢、性別などは様々です。勝敗だけにこだわらず、参加者全員が楽しい時間を過ごすことがこのプログラムの目的です。男女問わずレベルの低いプレーヤーには配慮しながらプレーをする、周囲のレベルに合わせる、そうやって皆さんが楽しめる空気を作ってあげて下さい。