

2017 テニスサーブセミナー IN TOKYO

テニスクラブ・スクール管理者指導講習会

空手道とは ～テニスに役立つ空手道精神の重要性～

皆さん 空手と言われ何を連想されるでしょう？

一般に、「殴り合い」「怖い」というイメージを持つ方もいるのではないのでしょうか？

今回セミナーの為、主催される空優会でお話しを伺い、実際に体験をすると新たな面が見えてきました。

今回ご講演頂く 空優会 では 空手の技術習得のみならず、肉体的・精神的強さと、優しい思いやりの心を育成することに力を入れています。

東京近辺の児童館や幼稚園に空手指導を通じ 人として大切な挨拶や返事、努力や我慢を指導し、心を発育させる活動を積極的に行っています。

「武道とは、厳しい稽古を通じ、自分を高める人間形成の道」という言葉があります。

競技を指導する際 勝つ為の技術だけではなく、お互いを尊重し、相手に対し礼を怠らない事も学びます。

マナーキッズでも行われてますが、昨今テニスプレーヤーでもマナー低下が嘆かれています。

生徒さんやそのご家族にも喜ばれ、大変参考になることと思います。

また空手は「突き」「蹴り」「受け」の動きにより両手足を左右均等に動かす為 バランス感と柔軟性を

鍛えられますし、また「えいっ！」と腹から大きな「気合い」を出すことで気分もスッキリします。

また積極的な空手の普及活動にも着手しており「親子空手」や「シニア空手」、「空手体操」等我々の業界にも通じる活動をされています。

以上の事から、今セミナーにおいて空手から多くの事を学べる事と存じます。

2020年東京オリンピック正式種目に認定され注目も集まる空手。

今セミナーで空手の実態を体験し、今後の指導で「心」と「身体」育成やマナー向上への糸口や、今後の事業拡大へ「空手」との共存の可能性を感じて頂き今後の活動に役立てて頂きたく存じます。

2017年3月13日 月曜日

会場：レックインドアテニススクール上石神井



東京都テニス事業協会

■内容(予定)		
時間	会場	研修内容
12:30		受付開始
13:00		講演開始 空手道 空優会 代表 高橋優子 空手道とは～現代における空手道精神の重要性～【約90分】 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ol style="list-style-type: none"> 1. 空手道とは 2. 武道とスポーツの違い 3. 礼に始まり礼に終わる 4. 空手に先手なし </div>
14:30		講演終了
14:40		実演講演 空手道 空優会 代表 高橋優子 実践 【約60分】 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ol style="list-style-type: none"> 1. 突き、蹴り、受け 2. 立ち方 半身正面 3. 移動基本 </div> 実演終了後 質疑応答
16:00		講演終了
16:20		懇親会開始
17:20		懇親会終了

※ 上記研修及び講演内容は、今後の打ち合わせにより変更も有ります。

■当日の注意事項

- 講演中は椅子と机のご用意がありません。オムニコート上に座っての講演になります。
- 実演講習時には運動しやすい服装・テニスシューズ等の運動靴をご用意下さい。
- 実演中は汗をかきます。お着替えと水分補給をお忘れ無いよう願います。
- 動画撮影は実演講演のみ可能です。写真撮影は両講義可能です。

2017 テニスサーブセミナー

講師プロフィール

○高橋 優子 (タカハシ ユウコ)

■生年月日1980年6月

■星座双子座

■出身地群馬県

■血液型A型

小学校はサッカー、中学・高校ではバレーボール部所属
非常に厳しい環境で過ごす。大学から本格的に空手を始める。

1999年大正大学 人間学部 仏教学科 入学

2003年卒業後(株)ワールドアスリートサポート入社、

選手契約として2年間在職。2005年社団法人日本空手協会、研修生入所。

3年間の研修期間を経て研修生を卒業。

指導員として採用される。

その後2年間、総本部指導員として勤務。

2010年空優会を設立(代表:高橋優子)

2002年~2008年 全日本ナショナルチームに所属

■戦績

2000年国民体育大会 成人女子組手の部 準優勝

2002年WKF世界空手道選手権大会 60キロ級 第3位

パリ国際大会(オープンド パリ) 無差別級 準優勝

2003年WKC世界空手道大会 優勝

アジア空手道選手権大会 中量級 優勝

2004年パリ国際大会(オープンド パリ) 無差別級 3位 世界空手道選手権大会 準優勝

2005年アジア空手道選手権大会 中量級 優勝

2006年全国空手道選手権大会 優勝 松涛杯争奪戦 世界空手道選手権大会 優勝

2007年全国空手道選手権大会 準優勝

2008年パリ国際大会(オープンド パリ) 無差別級 準優勝

2009年全日本選手権大会 団体戦 優勝 2005年全国空手道選手権大会 準優勝

2012年全国空手道選手権大会 優勝

■URL: <http://www.kuuyuukai.com/>



○高木 綾乃(タカキ アヤノ)

■戦績

アジア・オセアニア大会 優勝

内閣総理大臣杯全国空手道選手権大会 優勝

公益財団法人全日本空手道連盟 三段

公益財団法人日本体育協会 スポーツ指導員

一般社団法人東京都空手道連盟 ジュニア強化委員



会場アクセスガイド

○セミナー会場(レックインドアテニススクール上石神井)



■電車利用

西武新宿線「上石神井」駅下車 徒歩 5分 東京グリーンテニスクラブ隣り
「西武新宿」駅より急行電車で約15分。「高田馬場」駅より約14分です。



■お車利用

専用駐車場をご利用下さい。ナビをご使用の場合は、住所「練馬区上石神井4-11-9」又は「東京グリーンテニスクラブ」を目的地に設定して下さい。

※車でご来場の方はなるべく複数名でお乗り合わせでご来場下さい。

○懇親会会場(博多屋 上石神井店)

開始時間 16:20~17:20

アクセス レックインドア から 上石神井駅までの間 徒歩 3

住所 練馬区上石神井1-12-13 ホワイトシャイン 1F

TEL 03-3929-7002

