

八木克勝選手卓球講習会 2026 開催要項

1. 目 的

本講習会は、豊橋市内の中学生および東三河の高校生を対象に、卓球の「基礎技術の徹底と定着」を目的として開催します。経験年数や戦型（プレースタイル）を問わず、すべての選手が基本に立ち返り、自身の課題を見つけ、 $+\alpha$ の応用力を身に付けるための重点指導を行います。

また、レベルに応じた台分けを行うことで、参加者一人ひとりが効果的に成長できる環境を提供し、地域のジュニア世代の競技力向上と健全な育成を目指します。

2. 日 時	令和 8 年（2026 年）12 月 12 日（土） 【午前の部：中学生】10:00 ～ 12:00（受付 9:30～） 【午後の部：高校生】14:00 ～ 16:00（受付 13:30～）
3. 会 場	豊橋市総合体育館 第 2 アリーナ （住所：愛知県豊橋市神野新田町字メノ割 1-3）
4. 対 象	豊橋市内の中学校、東三河の高校に在籍する生徒 【午前の部】中学生 20 名程度 【午後の部】高校生 20 名程度
5. 講師	八木 克勝選手 （所属：株式会社電通デジタル） 東京 2020 パラリンピック競技大会出場 杭州アジアパラ競技大会 シングルスクラス7 優勝 パリ 2024 パラリンピックシングルスクラス7 5 位入賞 愛知・名古屋 2026 アジアパラ競技大会 卓球代表
6. 指導内容	① 講師のデモンストレーション ② 卓球の基礎技術（フォーム、フットワーク、基本打球）の再確認と徹底指導、個々の戦型（ドライブ主戦型、カットマン等）や課題に応じた $+\alpha$ の技術指導
7. 参加費	無料
8. 持参物	卓球ラケット、シューズ（体育館シューズ）、運動着、タオル、飲み物、筆記用具など
9. 募集方法	【中学生】「あいち電子申請・届出システム」より、個人単位で直接申込み 【高校生】「あいち電子申請・届出システム」より、個人単位で直接申込み または 部活動単位での取りまとめによる一括申込み ※広報とよはし 11 月号への掲載、豊橋市スポーツ課ホームページに掲載、および「スポーツ博（10 月 31 日開催）」でのチラシ配布を予定。

10. 申込期間	令和8年11月1日（日）～11月27日（金）必着
11. 調査内容 （申込時）	申込時に以下の内容について調査を行います。グループ分け等の参考にいたします。 ① 卓球経験歴（例：〇年〇ヶ月） ② 利き手（右利き / 左利き） ③ 戦術・戦型（ドライブ主戦型、カットマン、前陣速攻型、異質反転型、など）
12. その他	・申込み及び当日の参加は個人単位とし、生徒各自で来場してください。引率の必要はありません。（先生、保護者の方の見学は可能です。） ・講習会終了後、その場で今後の参考とするためのアンケート調査を実施します。ご協力をお願いします。 ・保険はスポーツ課で参加者分加入します。 ・広報啓発活動の目的で、体験会の様子を撮影し、ホームページ、SNS、各種メディア等に掲載することがあります。

■ 当日のスケジュール（予定）

時間（午前の部 / 午後の部）	プログラム内容	備考・指導のポイント
09:30～10:00 / 13:30～14:00	受付・各自ウォーミングアップ	第2アリーナ集合
10:00～10:15 / 14:00～14:15	挨拶・講師紹介	趣旨説明、準備体操
10:15～11:40 / 14:15～15:40	基礎 and レベル別指導	経験不問で全員の基本を見直し、戦術・経験に応じた重点指導
11:40～11:50 / 15:40～15:50	質問コーナー	八木選手から直接指導
11:50～12:00 / 15:50～16:00	写真撮影・アンケート記入	その場でアンケートを回収します