シティーリビング関西　二〇一一年六月二十四日

シティリビング　オフィスで働く女性のための情報紙
Cityliving
2011.6.24
水・木曜配布
Weekly
FREE
vol.1095

Index シティは休み時間に読んでね

5 ゆかた姿でキラリ☆フェスタへ行こう
7～13 シティ BARGAIN PRESS

Citywave http://www.citywave.com/osaka/

夏といえば海！ 海といえばビーチで海水浴が定番だけど、泳ぐだけなんてつまらないよね。最近では、バレーやサッカー、テニスなど、ビーチで楽しむスポーツの人気も急上昇。この夏は、ビーチスポーツで、海ガールを目指してみない？

海水浴だけじゃない！

ビーチスポーツで今年は海ガール

青い空と海…その開放感も醍醐味！

シティ読者に「ビーチでの楽しみ方は？」とのアンケートをとったところ、「バーベキュー＆花火はハズせない」（27歳／IT）という答えが多数。中には、「ストレスがたまると、海に向かって叫びに行く」（31歳／サービス）という人も。

また最近は、ビーチスポーツを楽しむ人も増える傾向に。アンケートでも、ビーチバレーの知名度が圧倒的で、次に、「ビーチサッカー」「ビーチフットサル」「ビーチヨガ」と続きます。「BTOC」という、ビーチバレーのクラブチームで活躍している鈴木太郎さんによると、「体育館内でやるのとは違う開放感は、ビーチバレーならでは。人気の選手を目の前で見られるのも、ビーチスポーツの魅力」と話します。

青い空と海と白い砂に囲まれて楽しむビーチスポーツは、その開放感も醍醐味の一つかもしれませんね。

シティ読者が 話題のビーチテニスにチャレンジ！

砂の上を動き回り、ひたすらボールを追いかけます。慣れてくると、笑顔も

最初はインストラクターの大住さんから、打ち方やルールなどをレクチャー。「テニス経験がある」という尾玉さん（右）に対し、「球技は苦手」な井谷さんは、ちょっぴり不安そう

ビーチテニスならではのパドルラケットは、初心者でも使いやすいのがポイント。さまざまなデザインがスタンバイしています。ボールは硬式テニスで使うものより、少し軟らかいタイプを使用します

砂に足をとられつつもボールを追いかける姿は真剣

そこで今回は、シティ読者の尾玉佳織さん（28歳／電機）と、井谷安希さん（33歳／アパレル）が、8m×16mのコートで行うビーチテニスを体験。通常のテニスと違うのは、「専用のパドルラケットを使うところと、バウンドでラリーするところ」。「パドミントン感覚でできるかな」と、日本ビーチテニス協会の大住貴さん。

まずは、打ち方やルールをレクチャーしてもらった後、軽くラリーしてみました。

最初は、手で投げてもらったボールを打つ練習から。テニスの経験がある尾玉さん、なかなか筋がいいようです

ひとつのレッスンが終わったら、ボールを拾いもっかい

この日は、こんなキュートなスタイルで体験！ 服装が自由なのも人気のヒミツです

【協力していただいたのは…】
日本ビーチテニス協会
ビーチテニスの国際・国内競技会の開催と、日本での普及を目指す同協会。関西では、7月2日と23日の各土曜に「せんなん里海公園」の浜コートで、7月3日と24日の各日曜には「瀬戸屋ビーチ」で体験会を実施予定（ラケットレンタル込み、1000円）。／Tel.03-6772-4205

衣装協力／中に着たビキニ各9345円、ボードショーツ4095円、ラッシュスカート5145円、T-shirt　ピンク4095円、白3675円（全てROXY）