



ChainCup × 播磨 哲

(Satoshi Harima)

トレーナー



ChainCup コラボイベント

テニスのパフォーマンスを 最大限に引き出すために!

プロアスリートの身体をサポートするトレーナーが、
「動きを良くする」と「試合後のケア」を
学べる2つの特別講座を開催!

播磨 哲 (Satoshi Harima) トレーナー

- ✓ 元ジュニア世界No.1 Tseng選手をサポート
- ✓ 奈良くるみ選手のジュニア時代を担当
- ✓ 内田海智選手など多数のトップ選手を指導
- ✓ JOC強化委員
- ✓ 日本テニス協会ナショナルサポートスタッフ

講座

①

動きを良くするには!?

パフォーマンスを上げるための
身体の使い方と動きの改善

- ✓ テニスに必要な動きとは?
- ✓ 動きが悪くなる原因と改善方法
- ✓ 効率的に動ける身体をつくるエクササイズ



講座

②

試合後のケアは どうする!?

疲労回復とケガ予防のための
正しいケア方法

- ✓ 試合後に起こる身体のダメージとは?
- ✓ リカバリーを早めるケアのポイント
- ✓ 自宅でできるセルフケア&ストレッチ



日時

2026年6月20日(土)

講座① 9:00~10:00

講座② 10:00~11:00



会場

江坂テニスセンター (大阪府吹田市)

※詳細はお申込み後にご案内します



対象

一般テニス愛好家およびジュニア (保護者)

※どなたでもご参加いただけます



定員

各部 20名 (先着順)



参加費

1,000円 (税込)



持ち物

動きやすい服装、タオル、飲み物



お支払いは、当日現金でお願いします。

お申込み方法

右記QRコードまたは
ChainCup公式サイトより
お申込みください。



申込締切 2026年6月16日(火)まで

身体を整え、より美しく、
より動きやすく。
テニスのパフォーマンスは
「動き」と「ケア」で大きく変わる!
この機会にぜひご参加ください!



ChainCup

TENNIS × TEAM × COMMUNITY
テニスでつながる、ヒト、モノ、バシヨ

お問い合わせ: ChainCup運営事務局
info@chaincup.com | https://chaincup.com