

## 基礎からのセンターセオリー the center theory

今回のテーマは、センターセオリーについて考えること。正確に言えば、センターセオリーを題材にして、コートの外でテニスのプレーについて考えることである。得られた知識そのものは「おまけ」みたいなもの。試合中の「考える体力」「考える技術」を養うために、コートの外で考える習慣をつけてほしいのである。

ダブルス雁行陣<sup>がんこうじん</sup>。後衛でフォアサイドの順クロスに打ち合う場面をイメージしてほしい。味方前衛にとって「後衛のストロークがセンターに深く入った時にはポーチしやすい」というのが大前提となるセンターセオリーである。サイドに浅く入ったボールに対しては、前衛がカバーしなければならないエリアが広がるわけだから、無理にポーチに行けばストレートを抜かれる危険も増えるのだ。ここまでは、説明も不要だと思う。ここで、後衛のストレートの狙い<sup>ねらい</sup>は、クロスを予測してフォアボレーでポーチに出ようとする相手前衛の逆について打ち込むことである。しかし、目的は「得点すること」ではない。

例えば、相手前衛のポーチの動きが邪魔なとき、ストレートへの1本は相手前衛のポーチへの思い切りよい飛び出しを止めることにつながる。相手前衛のポーチへの意識<sup>にぶ</sup>を鈍らせば、後衛はずいぶん楽にクロスを打つことができるのだ。

後衛が相手前衛のポーチへの動きを嫌がって、順クロス<sup>の</sup>ストロークをサイドラインいっぱい<sup>に</sup>にコントロールし続けるとしたら、実はそれこそ相手前衛の思う壺<sup>つぼ</sup>である。ストレートには来ないと決めてかかって動く相手前衛は、ポーチ可能なエリアをセンターに移動させることができる。結果的に、後衛がクロスに打ち込めるエリアはどんどん狭くなってゆくことになる。

それでもなんとかサイドラインいっぱい<sup>に</sup>にコントロールし続けたとして、この時の味方前衛の立場を考えてみよう。味方後衛が打ったサイドラインいっぱい<sup>の</sup>のボールに対して、味方前衛は、相手後衛のストレートの心配もしなければならず、その上カバーしなければならないエリアも広がっている。ポーチに飛び出す余裕もなく、サイドライン際に釘付け<sup>くぎづけ</sup>にされてしまうということだ。そうなれば、相手後衛はポーチの心配をせずにセンター深いストロークを打ち込むことも可能になる。そして「後衛のストロークがセンターに深く入った時にはポーチしやすい」というセンターセオリーに従って、相手前衛はポーチしやすくなるということなのだ。

1点が欲しくて苦し紛れに打ち込むストレートはほとんど成功しないものである。一方で、折<sup>おり</sup>に触れてストレートに打ち込んで相手前衛をサイドライン際に釘付け<sup>くぎづけ</sup>にすることにより、ポーチを心配せずにセンター深く打ち込むための環境を作ることはどうしても必要である。その環境作りが成功し、本当にセンター深く打ち込めた時、味方前衛は「後衛のストロークがセンターに深く入った時にはポーチしやすい」というセンターセオリーに従って思い切りよく飛び出し、ボレーを決めてくれるに違いないのである。