



ショートテニス



「スポンジテニス」地域によってこんな名称で呼ばれている、テニスボールよりもやや大きめのスポンジボールと少し短めのラケット（ショート！？）で、バドミントンのコートを利用して行うスポーツです。

宇治市ではショートテニスと言う名称で、取組を始めてかれこれ10年あまり。元々は1970年代にスウェーデンで考案されたものが伝承され、今では若干ルールが異なる場合もありますが日本各地で愛好者を増やしています。

テニスと同じ方法・規則で行うのでルールも分かりやすく、ボールのスピードもバウンドするとほどよく減速するので、ラリーが続けやすく小学生からシニアの方まで楽しめます。競技スポーツとしての「テニス」に進むための「導入」に打って付けです。

初心者の方でも、お気軽に楽しんでいただけますので、スポーツを始めたい…（けどまだ行動にうつせない…）、そのあなた！是非一度体育館に足を運んでみてください。新しい自分を発見するチャンスです！

