

## 【アナトミー・トレインテニス動画の感想】

-----ここから-----

■名前： H

■商品名（フリー02）： アナトミートレインテニス動画

■スリーさんの記事から購入されましたか？（フリー03）： テニス上達法メルマガ

■メルマガやブログ、HPへの引用可否（フリー06）： 引用可（名前→イニシャル）

■購入の決め手は？（フリー04）：

自分の打つ球をより優れたものにしたかった。

納得できる理論のもとその手法を学びたいと考えたので。

■購入される際に迷われた理由（フリー05）：

本当に値段相応の価値があるものなのか、わからなかったこと。

■スリーさんに一言（フリー07）：

解剖学をふまえた、わかりやすい説明に大変満足しました。

何度も内容をメモしたノートを見直しながら、言われたことを意識して

レッスンや自主練に励んでいます。ありがとうございました。

-----ここまで-----

-----ここから-----

■名前： O

■商品名（フリー02）： アナトミー・トレインテニス動画

■スリーさんの記事から購入されましたか？（フリー03）： テニス上達法メルマガ

■メルマガやブログ、HPへの引用可否（フリー06）： 引用可（名前→イニシャル）

■購入の決め手は？（フリー04）：

もちろんスリーさんの動画だからです！

■購入される際に迷われた理由（フリー

スリーさんの集大成を購入するのに  
迷うわけがありません。

■スリーに一言（フリー07）：

まだ1回通して観ただけですが・・・  
これはやばいです。

他のテニス DVD を購入するのがためらわれます。

他の DVD を観なくても、スリーさんが出される  
動画を観ていれば事足りるのではないか、

いや、事足りるところか他の DVD では  
決して語られることがないのではないか、と思います。

ゲイブ・ハラミロの DVD ももう買うのやめようかな？（笑）

-----ここまで-----

-----ここから-----

■名前： I

■商品名（フリー02）： アナトミー・トレイン

■メルマガやブログ、HPへの引用可否（フリー06）： 引用可（名前→イニシャル）

■スリーのどの記事から購入されましたか？（フリー03）： テニス上達最短の道 アメブロ

■購入の決め手は？（フリー04）：

技術的にどうしていいかわからないことがあり、  
購入履歴もないのにスリーさんに質問させていただきました。

そのときのスリーさんの対応の早さと丁寧さ、  
説明の分かりやすさが決め手となりました。

これからテニスが続けていく上で、  
知っておいたことがよいというか、  
知らないといけないことだと思ったので。

■購入される際に迷われた理由（フリー05）：

販売されている動画が、  
分かりやすいかどうか分からなかったこと。

そのことについても、  
購入前にスリーさんに質問させていただき、  
解決しました。

■スリーに一言（フリー07）：

スリーさん、  
何度も質問に丁寧にお答えいただき、  
本当にありがとうございました。

今すぐに自分に必要だと思われるツールは、  
揃いました（笑）！  
あとはこれを自分のものにできるように、  
落とし込んで頭と身体にしみ込ませるだけです。

これでもう、あれがいいのか、  
これがいいのかと迷う時間が要らなくなると思うと、  
すごく嬉しいです！！

とにかく、見て、実行します。  
そして、考えます。

自分がどこまでいけるのか、試してみます！

またお世話になることがあると思いますが、  
そのときはどうぞよろしく願いいたします。

-----ここまで-----

-----ここから-----

- 名前： S
- 商品名（フリー02）： アナトミートレインテニス動画
- スリーのどの記事から購入されましたか？（フリー03）： テニス上達法メルマガ
- メルマガやブログ、HPへの引用可否（フリー06）： 引用可（名前→イニシャル）

- 購入の決め手は？（フリー04）：

具体的な体の使い方が理解できそうだったから

- 購入される際に迷われた理由（フリー05）：

特に迷わなかった

- スリーに一言（フリー07）：

非常に参考になりました！

今までの知識がそれこそ「連鎖的」につながったようです。

実際に試してみたいと思います

-----ここまで-----

-----ここから-----

- 名前： MPV
- 性別（フリー01）： 男性
- 年齢（フリー02）： 51～55歳
- メルマガ、ブログ、HPへの引用方法（フリー03）： イニシャル
- 動画名（フリー04）： アナトミー・トレインテニス動画

- 動画購入の決め手（フリー05）：

3年間頑張ってきた高校3年女子2人の  
フィナーレを飾るために購入させていただきました。

「ダブルスのポイント」では、  
単純ですが、目から鱗の数々でした。

断片的に知ってはいましたが、すべてが有機的に結びついて  
ひとつの真理として認識されたときに、他の様々な知識も同様にテニスの真理として  
気づかされました。

「引き寄せの論理」も納得です。

#### ■動画の感想（フリー06）：

実は選手は二人とも150cmのチビですが、  
「山椒は小粒でもびりりと辛く」なるべく、  
良いことはなんでも取り入れてきました。

その集大成となるのが今回の「アトミー・トレイン」だと  
直感しましたが、ドンピシャでした。  
肩を入れる、軸足を踏み込み地面から力をもらう、  
ひねり戻す、送り足を入れる等々の漠然としたポイントよりも、  
具体的でピンポイントの指摘は、いつもながらスリーさんの真骨頂です。

無駄な力みと不自然な動作を削り、  
長い正確なラリーに立ち向かうには必須の考え方だと思います。

明日で中間考査が終わり、練習再開ですので、  
2週間後の国体県予選会で最後のひとあばれをさせるために、  
意識して練習を行わせたいと思います。

今回もありがとうございました。  
また、よろしくお願ひします。

追伸

15年前に実績も名もある指導者に選んで買った  
ソフトテニスの指導ビデオが、ただただ試合を垂れ流し、  
プロ野球解説者然とした結果論をあげつらったものに  
目が点になったトラウマを思い出します。

つくづく時代は変わったと思います。ありがたいです。

-----ここまで-----

-----ここから-----

■名前： A

■性別（フリー01）： 男性

■年齢（フリー02）： 41～45歳

■メルマガ、ブログ、HPへの引用方法（フリー03）： イニシャル

■動画名（フリー04）： アナトミー・トレインテニス動画

■動画購入の決め手（フリー05）：

スリーインターネットスクールの生徒です。

■動画の感想（フリー06）：

7つすべてが新しい、今まで聞いたことがないことでしたが、  
そう言われてみるとそうだなと納得しています。

特に二軸とスイングスピードはフィギアの回転ですよ。

7つ試合中に無意識とするまでには時間かかりそうですが、  
one by one でやっていくしかないですね。

これからも指導よろしくお願い致します。

-----ここまで-----

-----ここから-----

- 名前： KN
- 性別（フリー01）： 男性
- 年齢（フリー02）： 31～35歳
- メルマガ、ブログ、HPへの引用方法（フリー03）： イニシャル
- 動画名（フリー04）： アナトミー・トレインテニス動画

■動画購入の決め手（フリー05）：

スリー信者だから。というのはウソではありませんが、  
バイメカの集大成というものだったので。

■動画の感想（フリー06）：

バイメカはダイナミックな体の動き全体でしたが、  
バイメカにつながる根本的な動きが理解できました。

力の支点、バランス、インサイドは初めて聞いて  
なるほどと思いました。

練習で実践しましたが、やはり感覚が違うのを実感しました。

違いに慣れるのが困ったほどでした。

この動画やバイメカを何回も見て、  
自然と自分の身につけたいと思います。

またレッスン動画お願いします。

-----ここから-----

- 名前： M
- 性別（フリー01）： 女性
- 年齢（フリー02）： 36～40歳
- メルマガ、ブログ、HPへの引用方法（フリー03）： イニシャル
- 動画名（フリー04）： アナトミー・トレインテニス動画

■動画購入の決め手（フリー05）：

スリーさんの集大成という、謳い文句！

■動画の感想（フリー06）：

シンプルで具体的で内容が濃い！！

発売までに、ゲイブ・ハラミロのDVDくらい、  
勿体つけてもよかったかもしれません(笑)

本当に中身が濃いので、  
一つずつ噛み締めながら体感していきたいと思いますが、  
今現在の時点で感動しているのは、足の裏の力の伝え方です。

バックハンドに下半身の力が伝えにくくて悩んでいましたが、  
これで光が差してきましたよ！  
いつも、最初から左足の拇指球に  
力を溜めようとしていました。

左膝が内に折れて、  
足の内側の筋肉だけで踏ん張ろうとしていたのです。

私の足の一番弱い筋肉ではないかと思います。

よく観察してみると、  
フォアハンドの方は右足の裏の力の伝道が  
スリーさんの言われる通りにしていました。

この動画を観ない限り、この部分には着眼することは  
なかっただろうと思います。



これで1つ自分の物になりました。

まだあと6つも体感できることが  
あると思うとワクワクです！！

-----ここまで-----

-----ここから-----

- 名前： かと sk8er
- 性別（フリー01）： 男性
- 年齢（フリー02）： 56～60歳
- メルマガ、ブログ、HPへの引用方法（フリー03）： イニシャル、ニックネーム
- 動画名（フリー04）： アナトミー・トレインテニス動画 7つの秘密

■動画の感想（フリー06）：

アナトミー・トレイン動画の感想です。

まさしく

「何故もっと早く教えてくれなかったんだ！」です。

長くなりますが、

現時点での感想というか体験報告をします。

例に拠って、

スリーコーチの教えを一つずつ順番に挑戦しました。

先ず1つ目の「●指」について。

効果が即効・観面でした。

今でも姿勢を真っ直ぐにしていられるならば、  
肩甲骨も巧く動くのですが、ラリーで球を  
追っているうちに背中が丸まったり、

肩に力が入ったりしていました。

で、肩から先でラケットを  
振り回すようになってしまいます。

でも●指でラケットを持つように意識を変えただけで、  
姿勢が保たれ続けます。

当然肩甲骨も巧く動かせるのでネットミスが少なくなります。

(3つ目の) スプリットステップの瞬間に●指に  
一寸力を入れるだけで、2秒ぐらいは身体がそれを  
維持するようなので、ボールへの集中の邪魔にもなりませんでした。

即導入で即上達(安定度増)の魔法でした。

「もっと早く知っていれば」と心底思っています。

2つめの「後ろ足の踏み込み」ですが、

...

～中略～

4つめ以降はもう少し時間を経て、  
気がついたことを報告します。

今回も貴重な動画を有難うございました。

今後1年ぐらいの課題がハッキリとしました。

次は「アナトミー・トレイン理論によるフットワーク」  
なんてのが欲しくなります。

楽しみに待ってますね。^^;

-----ここまで-----

- 名前： N
- 性別（フリー01）： 女性
- 年齢（フリー02）： 51～55歳
- メルマガ、ブログ、HPへの引用方法（フリー03）： イニシャル
- 動画名（フリー04）： アナトミー・トレインテニス動画

- 動画購入の決め手（フリー05）：

スリーコーチの長年にわたる研究の集大成  
ということで、是非購入して勉強しようと思いました。

- 動画の感想（フリー06）：

スリーコーチ

こんにちは。アナトミー・トレインの動画を  
ノートを取りながらじっくり見ました。

7つのポイントの一つ一つが私にとっては  
新鮮で初めて知ることばかりでした。

雑誌でプロのフォアハンドの連続写真を見ると  
左手の指がしっかり開いているので、どうしてあんなのかと  
いつも不思議に思っていました。今回動画で指の使い方の大切さを知って納得しました。

7つのポイント全部を意識して打てるように練習していくつもりですが、  
特にボールへの入り方というのは、自分の今までのやり方とは違うので、  
習得するのに時間がかかるかもしれないと思いますが、ぜひ身につけていきたいと思っています。

また2軸バランスを意識して、  
回転スピードを上げることも練習していきたいです。

コーチが今までずっと研究されてきたことを  
線としてつなげたとおっしゃる動画だけあって、

内容の深さに感銘を受けました。

動画の最後でおっしゃっていた、

1000球を何気なく打つより、意識して打った1000球の方が  
ずっと上達につながるという点も心していきたいです。

素晴らしい教えを授けてくださり本当にありがとうございました。

-----ここまで-----

-----ここから-----

■名前： I

■性別（フリー01）： 男性

■年齢（フリー02）： 36～40歳

■メルマガ、ブログ、HP への引用方法（フリー03）： イニシャル

■動画名（フリー04）： アナトミー・トレインテニス動画

■動画購入の決め手（フリー05）：

アナトミートレインそのものも興味深かったのですが、  
前回の感想で『バイメカ動画のダウンロード版希望』と書いていたことが、  
特典という形で実現されていたことも決め手となりました。

■動画の感想（フリー06）：

観る前は『アナトミートレイン』という言葉の珍しさから、  
難しい理論や複雑な動きが語られるかもしれないと危惧していましたが、  
具体的で分かりやすく、しかもどのような打ち方にも応用できる内容でした。

なかなか練習時間がとれていないのですが  
少しずつ実践していきたいと思います。

-----ここまで-----

