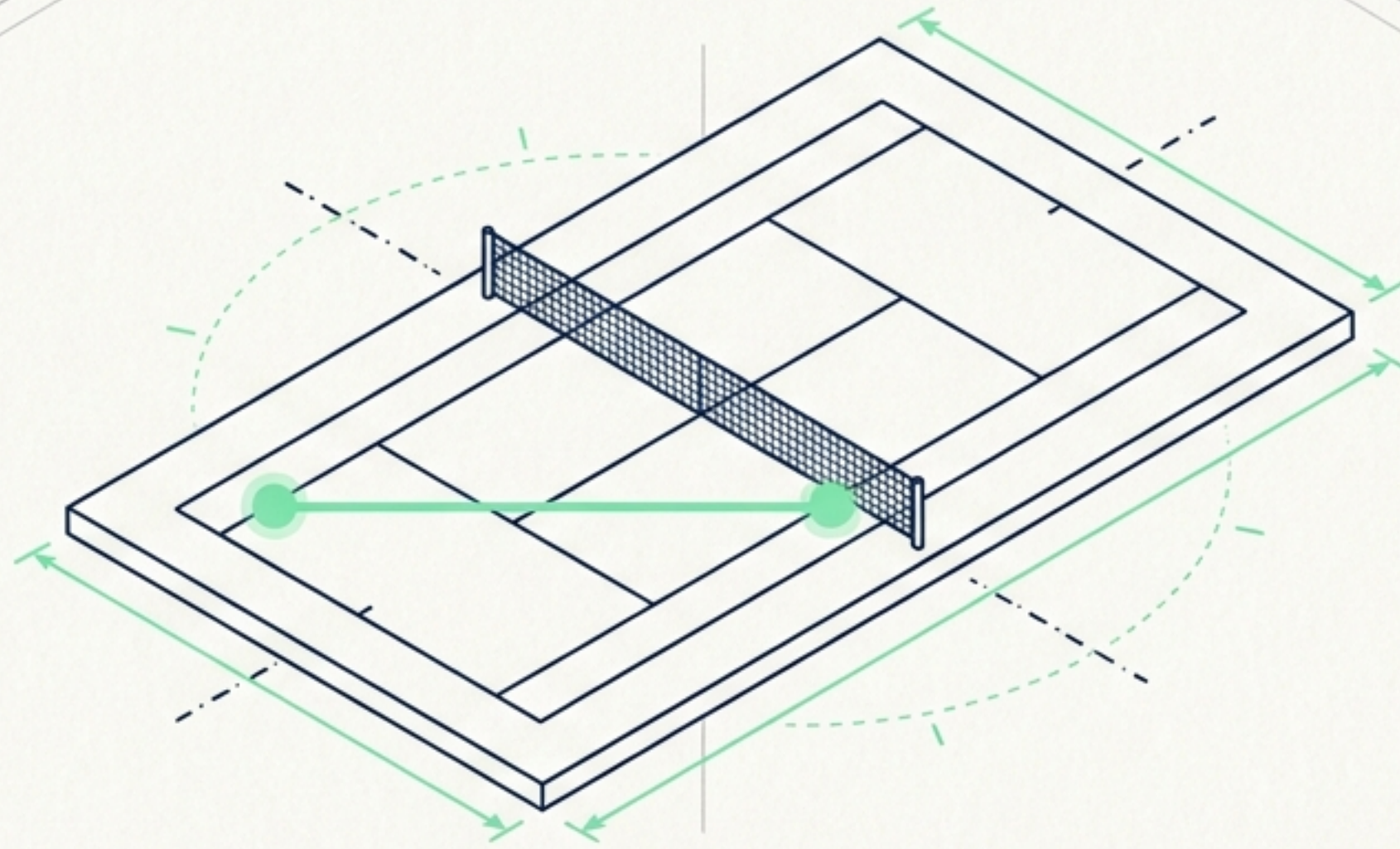


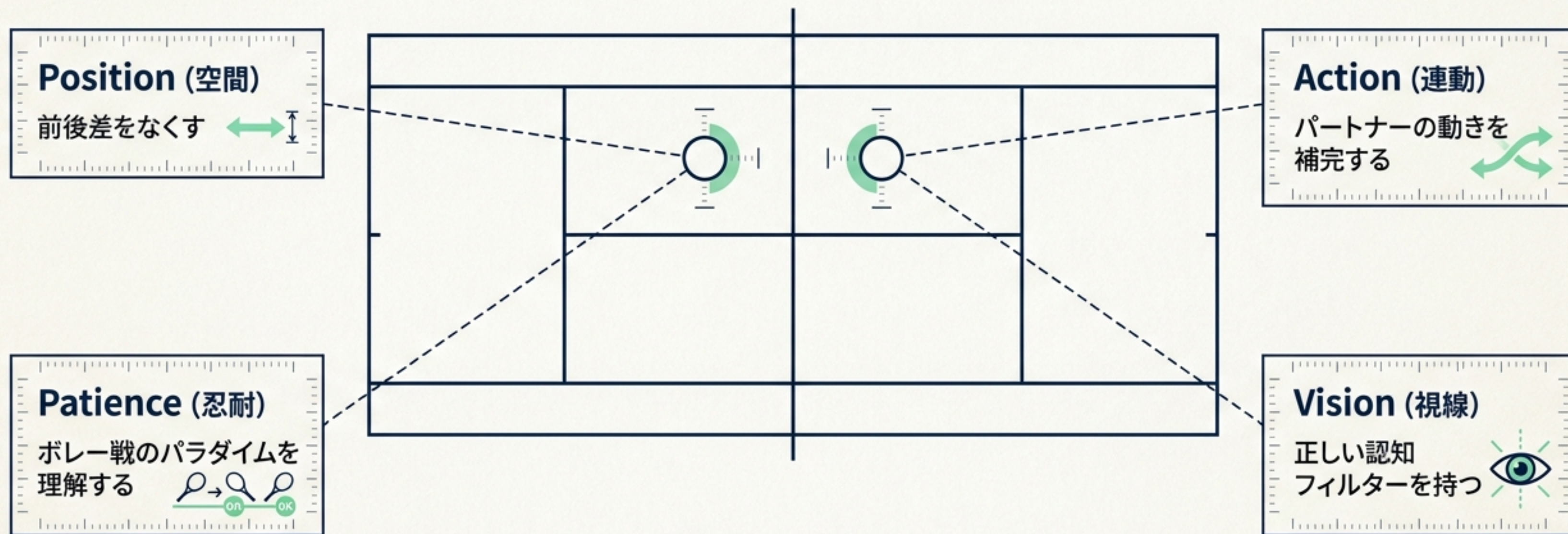


鉄壁のダブルス戦術：平行陣を支配する 「空間と視線」のブループリント

「どこに立ち、どう動き、何を見るべきか。ネットプレーの完全解剖。」

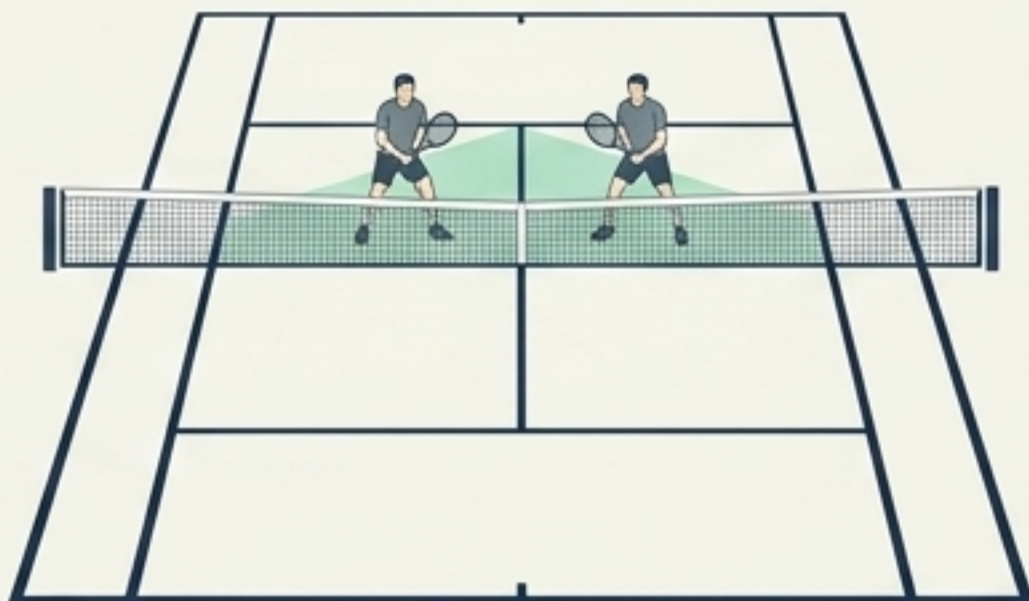
ネットプレーの本質は「相手が嫌がる空間を占拠すること」

ダブルスにおいて、ショットの威力以上に相手を絶望させるのは「打つコースがない」という視覚的プレッシャーです。最強の布陣である平行陣を完成させるため、4つの戦術的アプローチを解剖します。



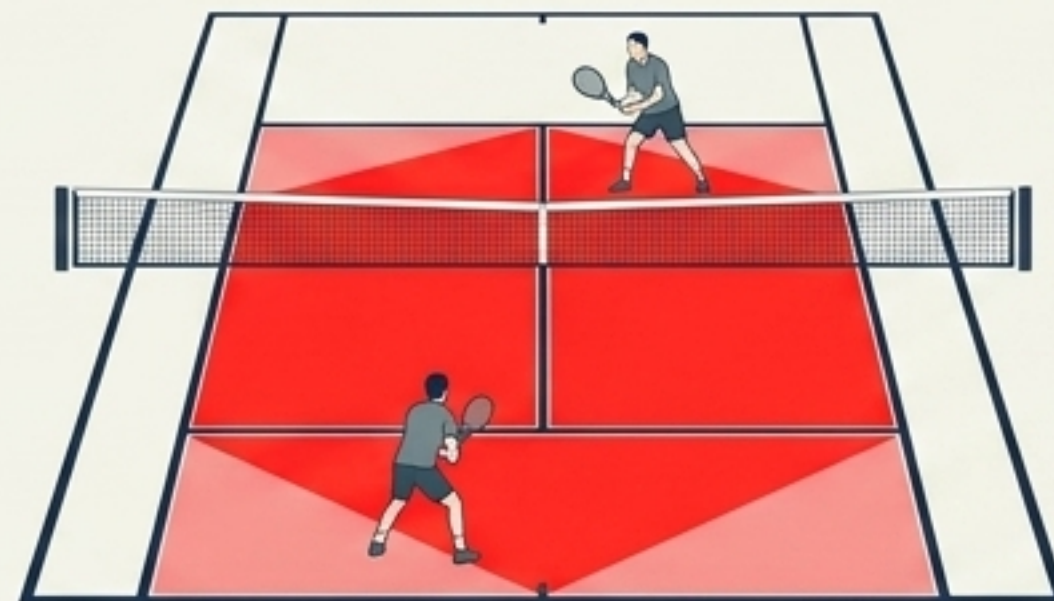
【基本陣形】「前衛・後衛」の概念を捨て、前後差をゼロにする

横並びの平行陣（推奨）



- プレッシャー: 最大（隙間が狭く見える）
- 空きスペース: 最小（センターを完全に封鎖）
- ロブ対応: 容易（両者で対応可能）

前後差のあるミニ雁行陣（NG）

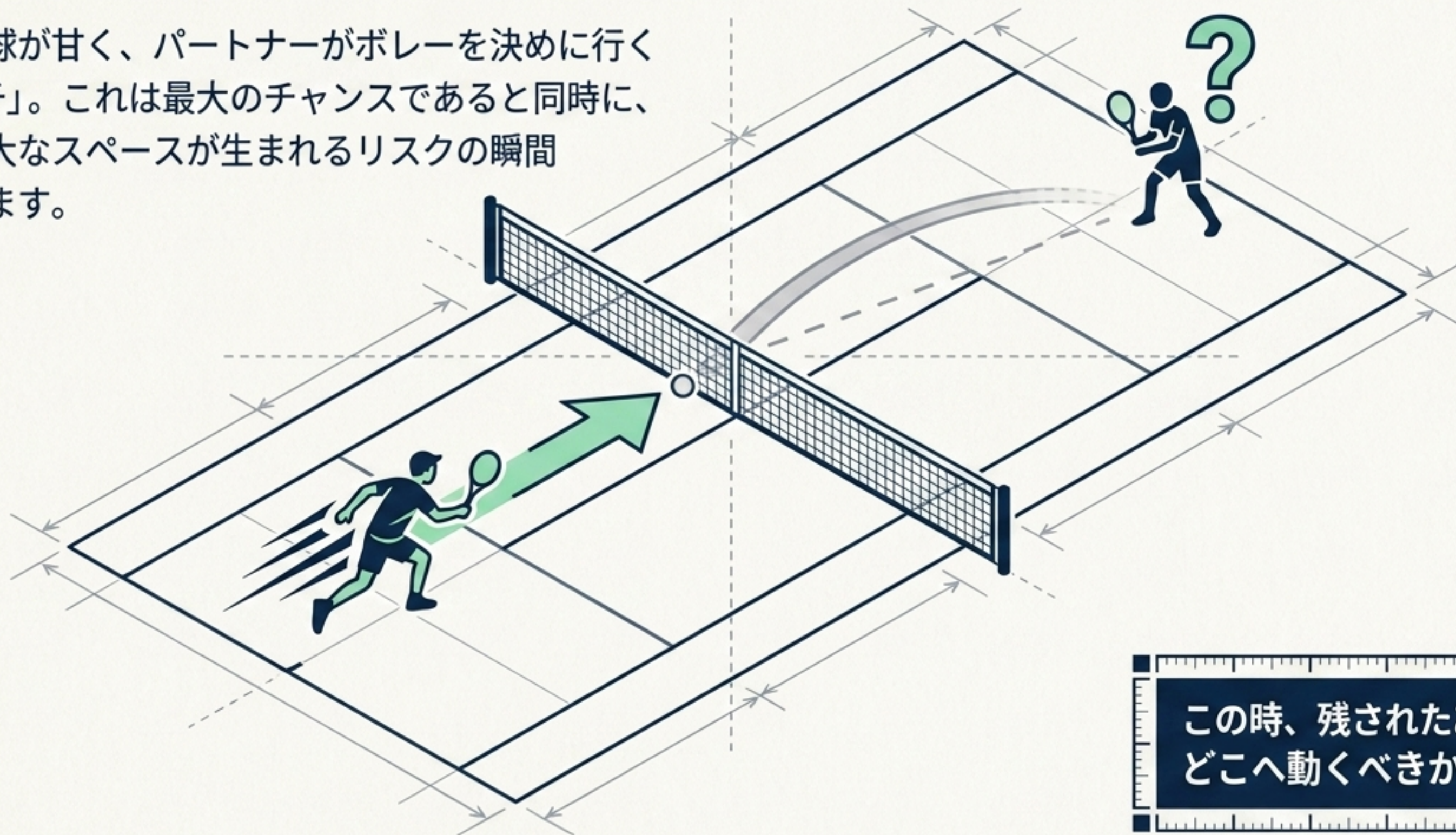


- プレッシャー: 弱い（打てるコースが見える）
- 空きスペース: 甚大（前衛の後ろに致命的な穴）
- ロブ対応: 困難（後衛が過労状態になる）

「実戦では一球毎にポジションを入れ替えることは不可能。
最初から『前後差ゼロ』の横並びを作ることで、相手の打球コースを消す。」

局面の移行：味方が「縦ポーチ」に飛び出した瞬間

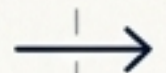
相手の返球が甘く、パートナーがボレーを決めに行く「縦ポーチ」。これは最大のチャンスであると同時に、自陣に巨大なスペースが生まれるリスクの瞬間でもあります。



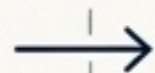
この時、残されたあなたは
どこへ動くべきか？

正解アクション：「一步下がる」ことで二次攻撃に備える

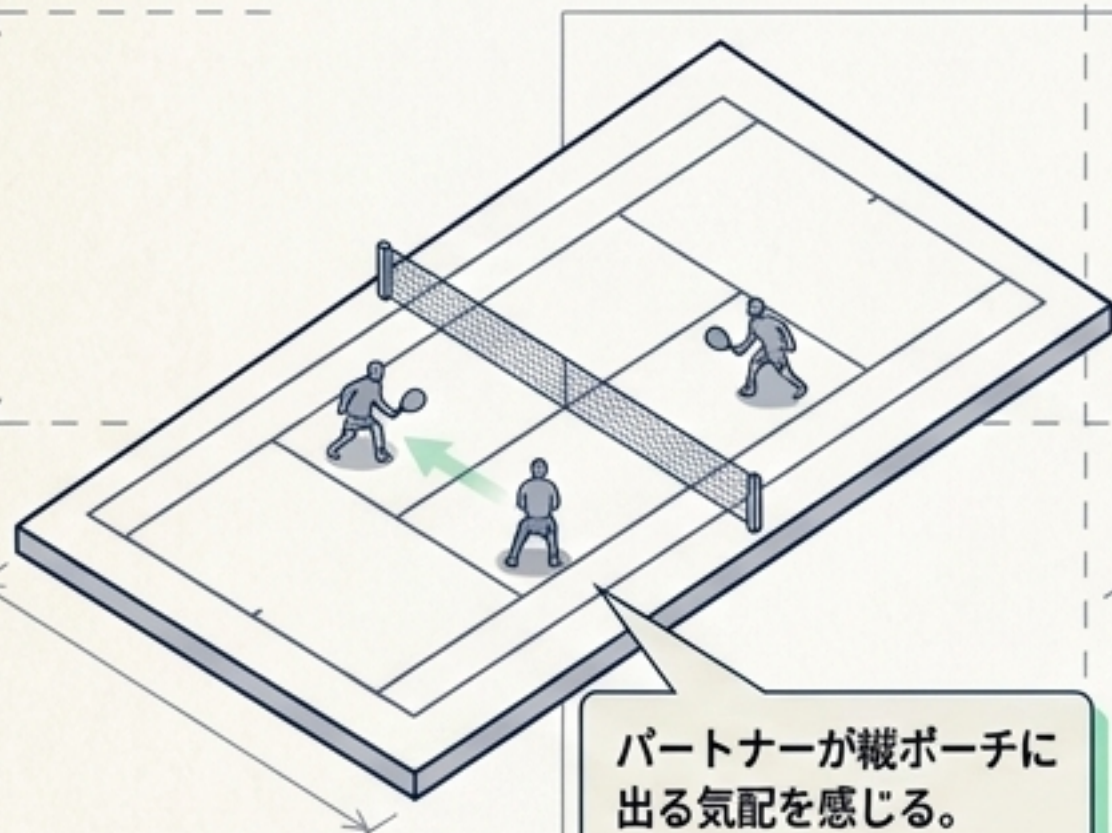
1. 察知 (Sense)



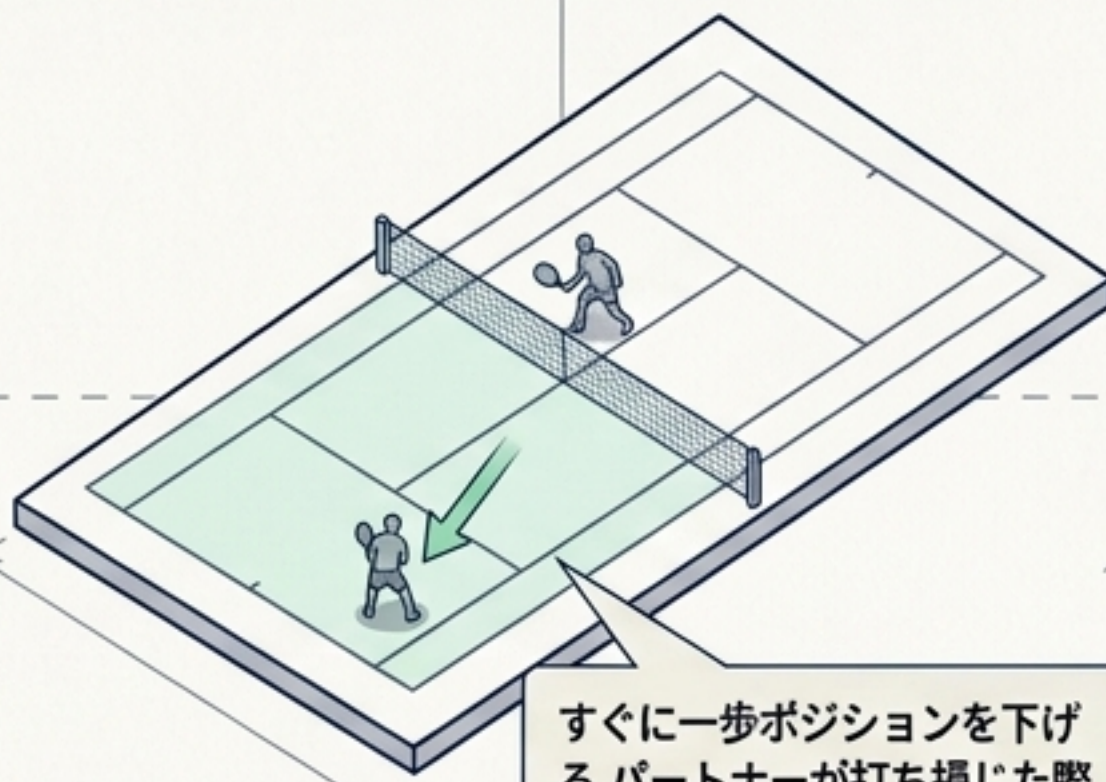
2. 再構築 (Rebuild - 一步下がる)



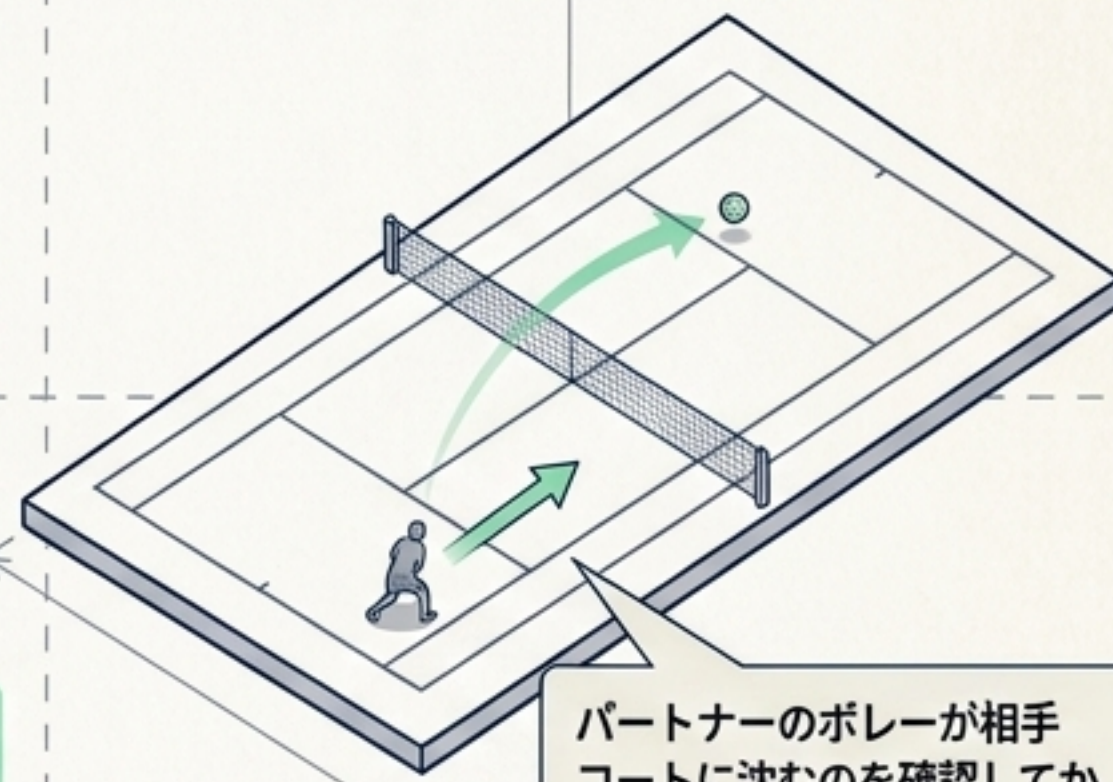
3. 二次攻撃 (Advance)



パートナーが蹴ポーチに出る気配を感じる。



すぐに一步ポジションを下げる。パートナーが打ち損じた際のリスク (ロブや甘い返球) をカバーする防御線を張る。

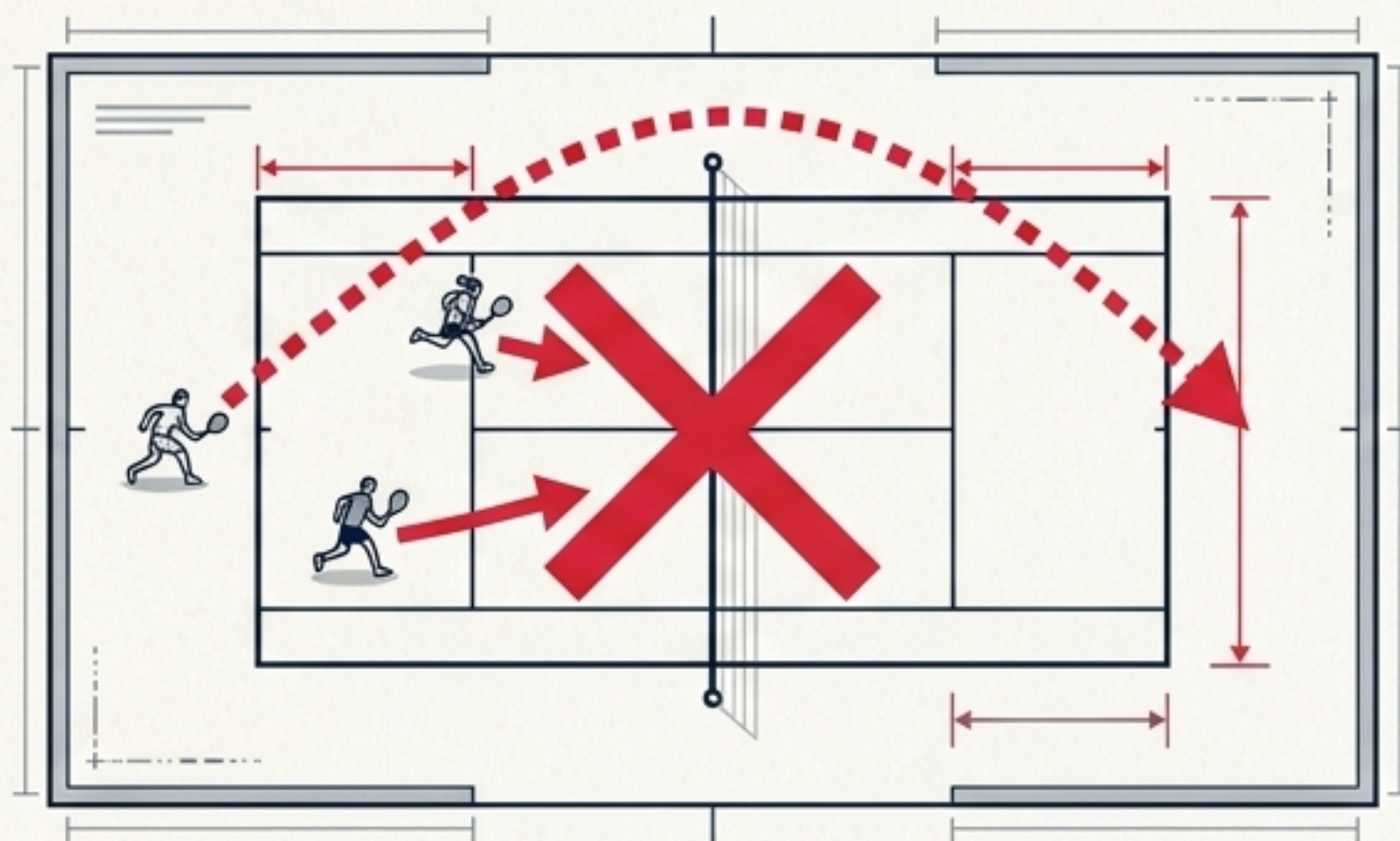


パートナーのボレーが相手コートに沈むのを確認してから、再びポジションを上げる。

「決めるのは前衛の仕事。あなたの仕事は、一步下がって『次のボール』に備えること。」

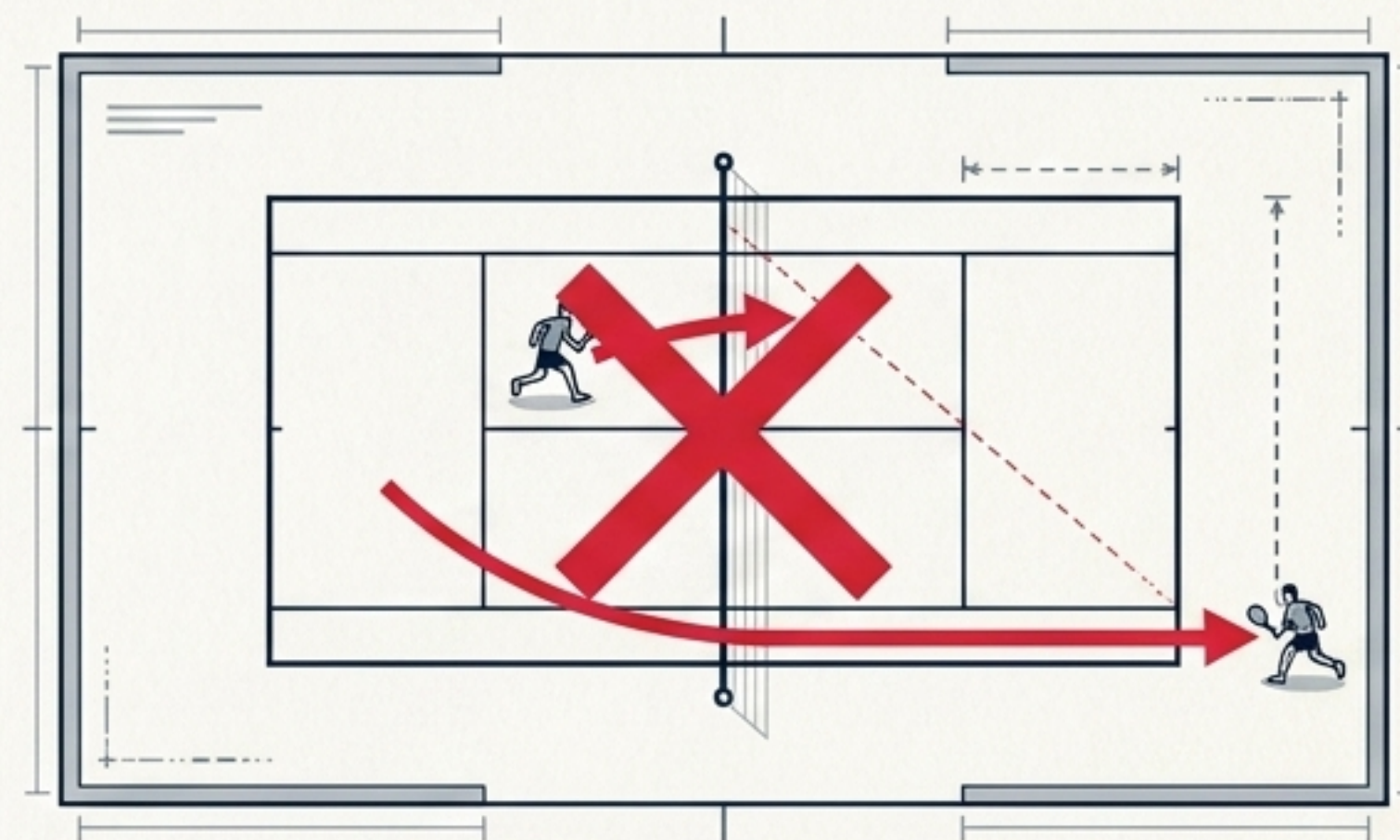
【NGシナリオ】 陥りがちな2つの致命的なエラー

一緒にネットに詰める (The Over-Commit)



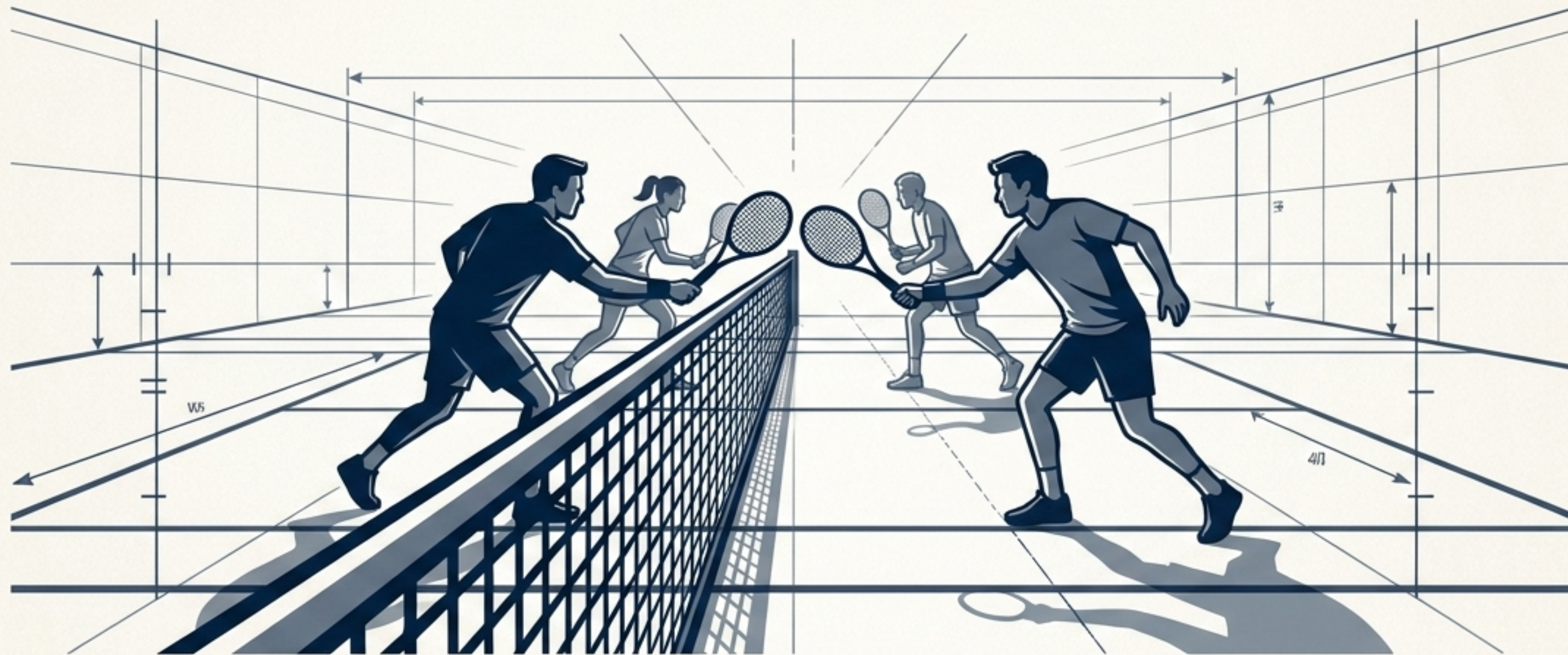
パートナーと一緒に前へ。自陣の後方が完全に空き、相手のロブに対して無力になる。

前後にポジションを入れ替える (The Defensive Switch)



パートナーの動きを見て、完全に後衛の位置まで下がる。陣形が「守り」に入ってしまう、攻撃のプレッシャーが消滅する。

危機管理：平行陣 vs 平行陣の「ボレー戦」



最も展開が早く、プレッシャーのかかる4人全員がネットに詰めた状況。
ここでは、これまでの「陣形のセオリー」を一旦捨てる必要があります。

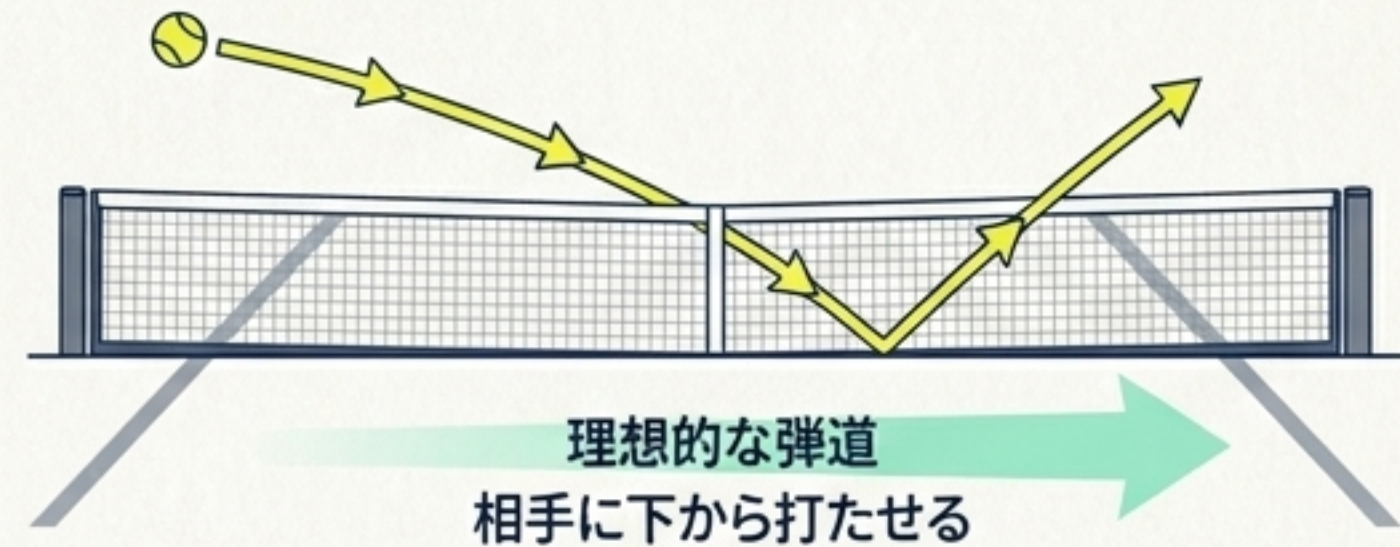
ボレー戦の原則は「動かないこと」と「沈め合い」

Rule 1: 横の動きを封印する



展開が早いため、陣形の入替えは不可能。無理なポーチ（一か八かの横の動き）は自陣に致命的な「穴」を生むだけ。

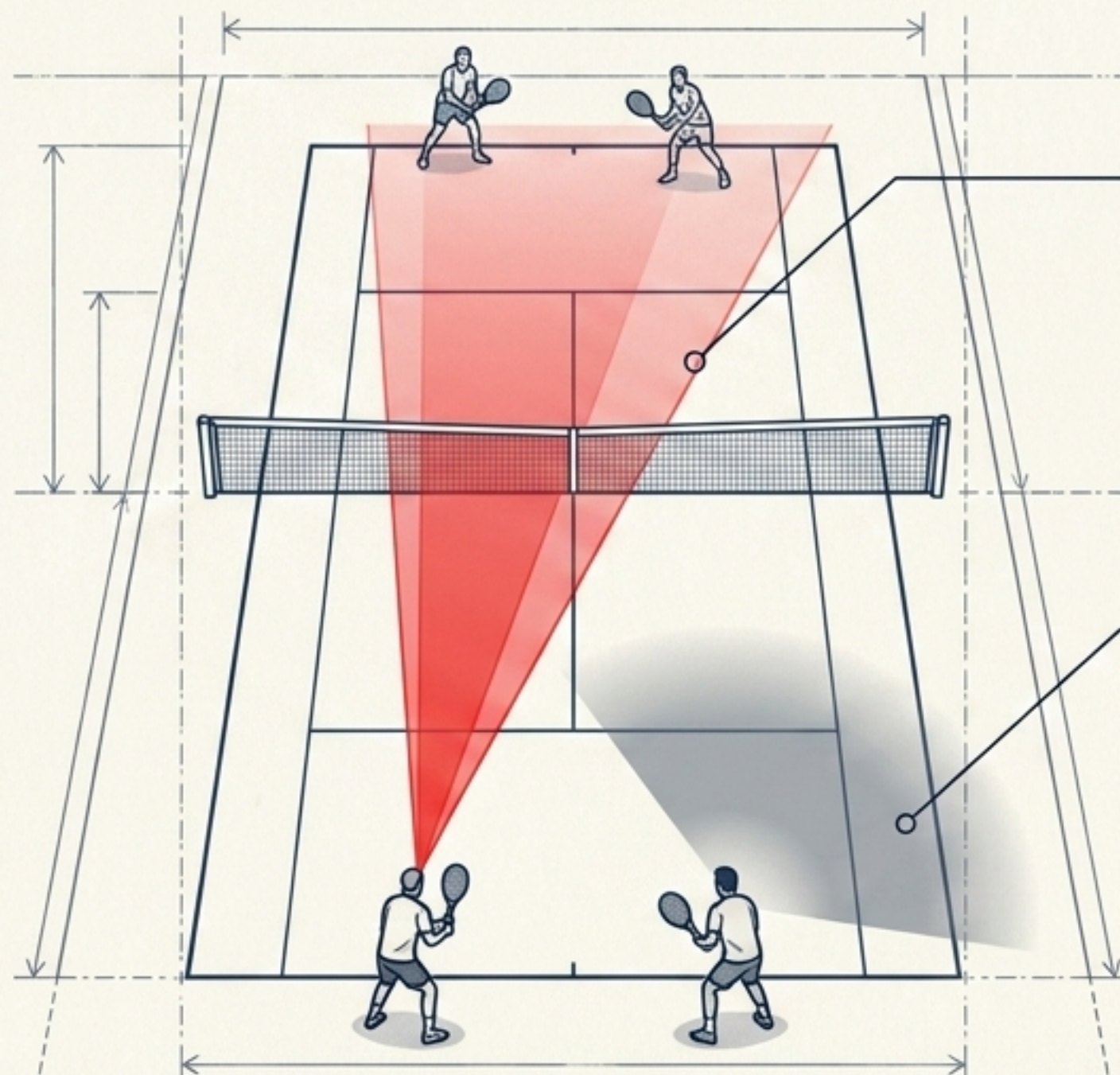
Rule 2: 浮かないボールへの執着



陣形よりも「いかにボールを浮かさないか」のテクニックが最優先。相手に下から打たせる「沈め合いの我慢比べ」に徹する。

視線の科学：パートナーは「見る」のではなく「感じる」

平行陣における視線の置き方は、雁行陣とは全く異なります。
最大のルールは「パートナーを見ない」ことです。

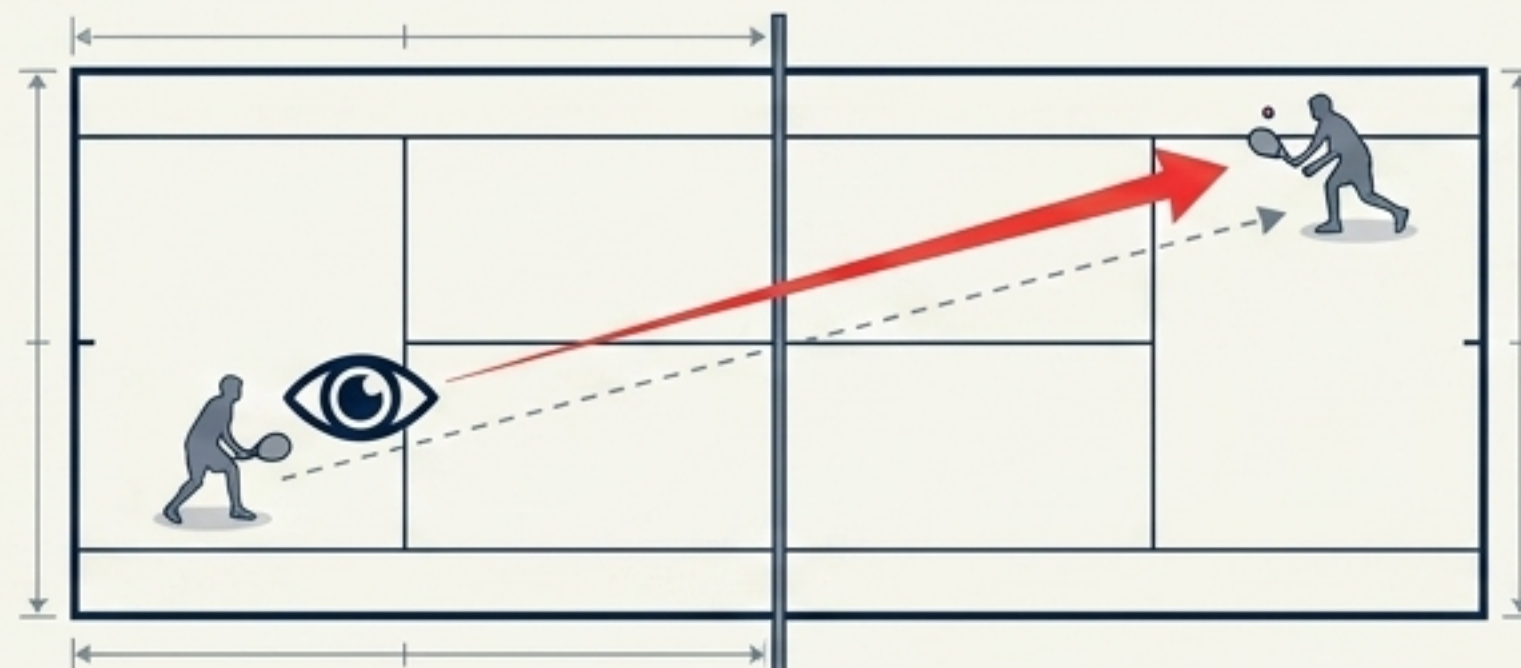


Focus (注視 - 赤色)：
相手の後衛と前衛。常にボールの軌道と相手の動きをメインの視野に収める。

Peripheral (周辺視野 - 灰色)：
パートナーの存在。横並びの平行陣を組んでいれば、パートナーは視界のお端（気配）で十分にカバーできる。

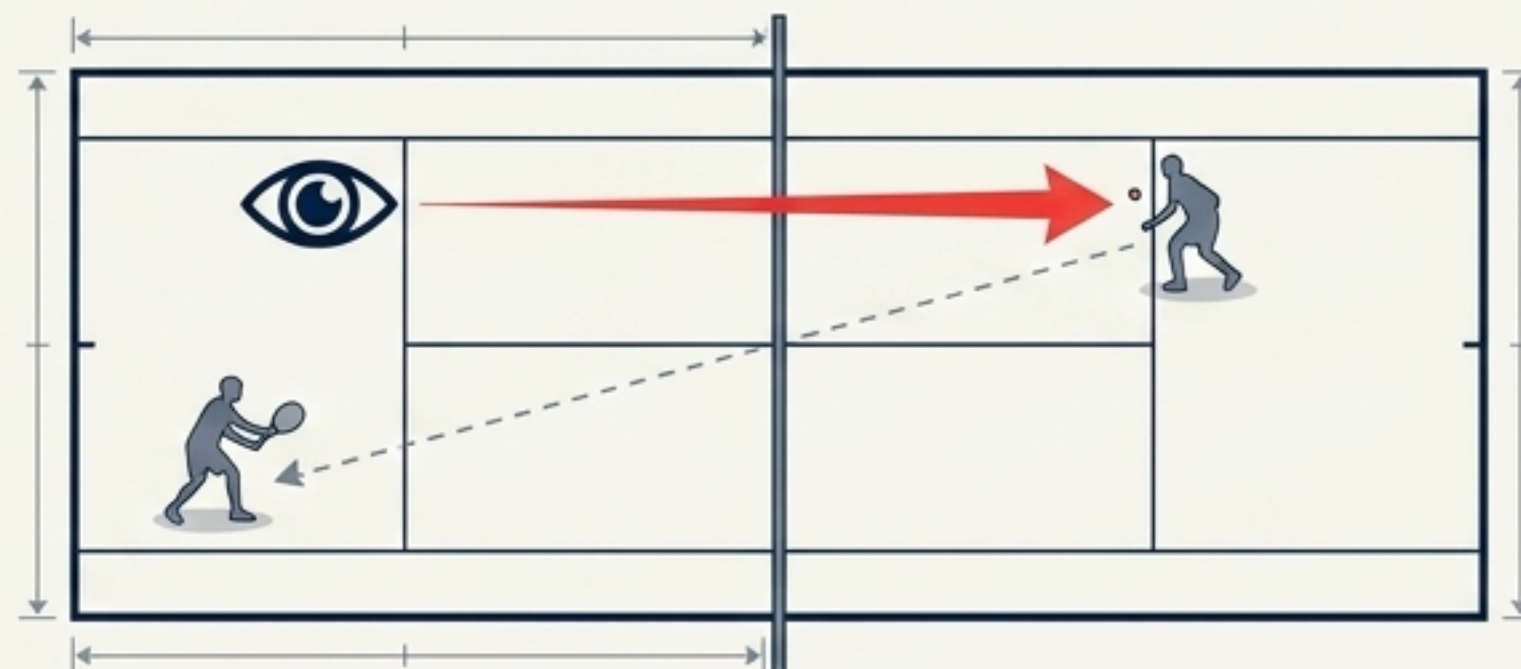
目線のスイッチング：打球の前と後

State 1:
後衛が打つ前
(Before the shot)



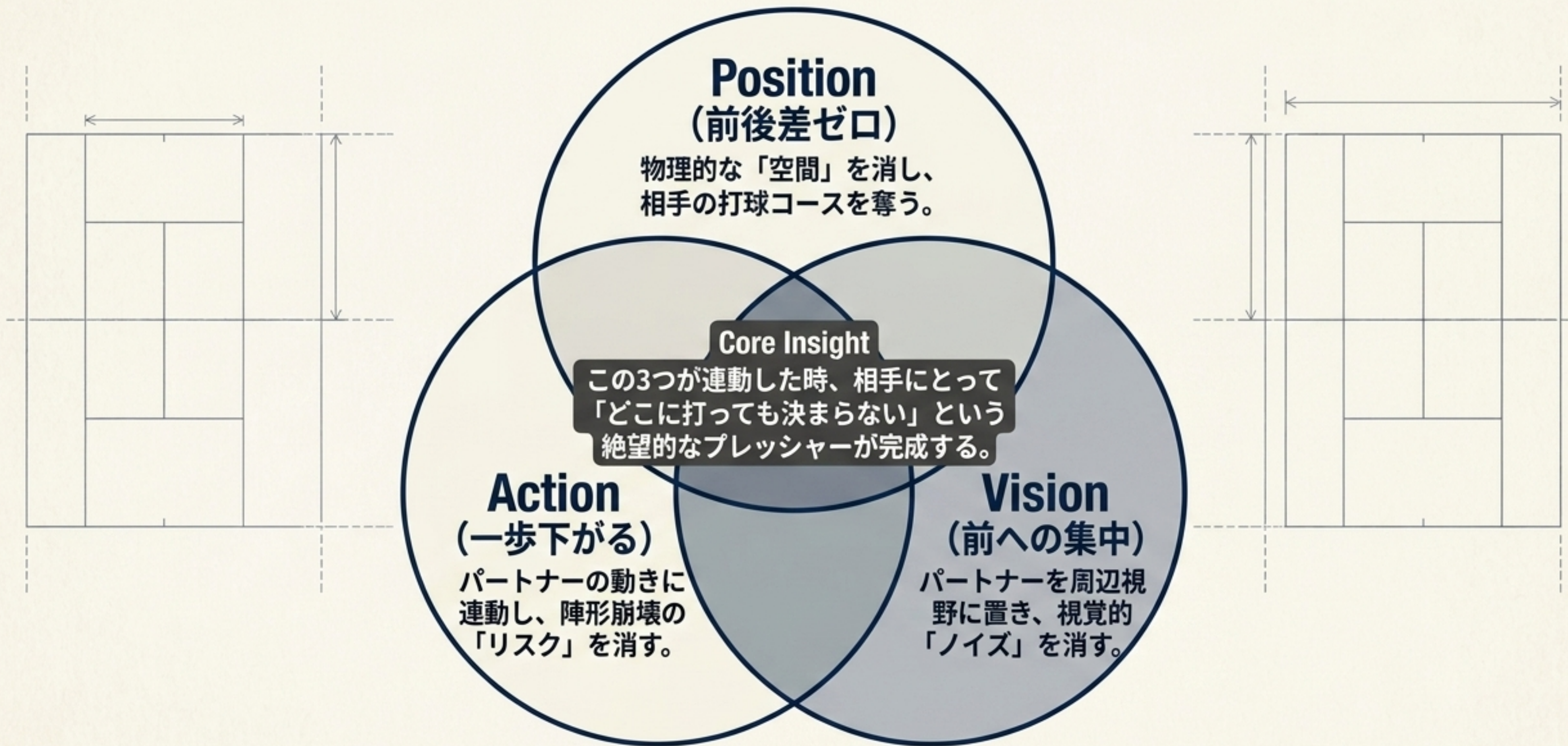
相手の後衛を注視し、
ボールの軌道と球種を
予測する。

State 2:
後衛が打った後
(After the shot)



ボールが自陣の後衛に向
かって飛んでいる間は、
相手の前衛の動き
(ポーチに出ないか) を
チェックする。

統合フレームワーク：鉄壁の平行陣を構成する3要素



コート・ブループリントの完成

戦術は、頭の中の設計図をコート上に描き出す作業です。



次の試合、まずはペアとの「前後差ゼロ」を意識してネットに立ってみてください。
相手の焦りという、明確な結果が返ってくるはずです。