2026.11.16 PHOENIX愛知 オンライン教室レポート

体力ではなく「ポジショニング」で制す。

異質な才能から学ぶ、限界を突破する思考と技術の極意

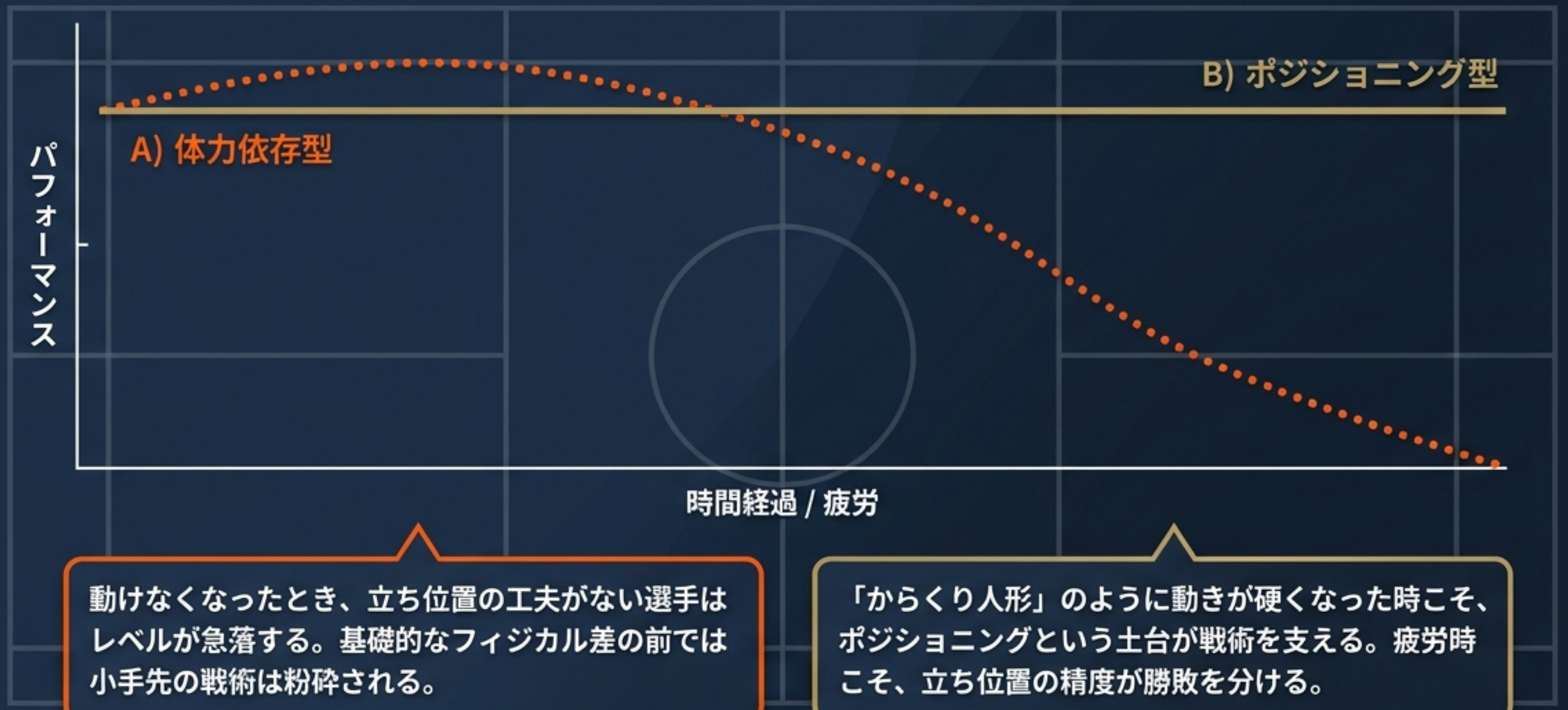
▶ 解説動画を見る

▶ オンライン教室に参加する・詳細を見る

https://phoenix-aichi.net/18693-2/#top

Gemini Notebook

「体力」は消耗品、「ポジショニング」は一生モノの資産。



動けなくなったとき、立ち位置の工夫がない選手はレベルが急落する。基礎的なフィジカル差の前では小手先の戦術は粉砕される。

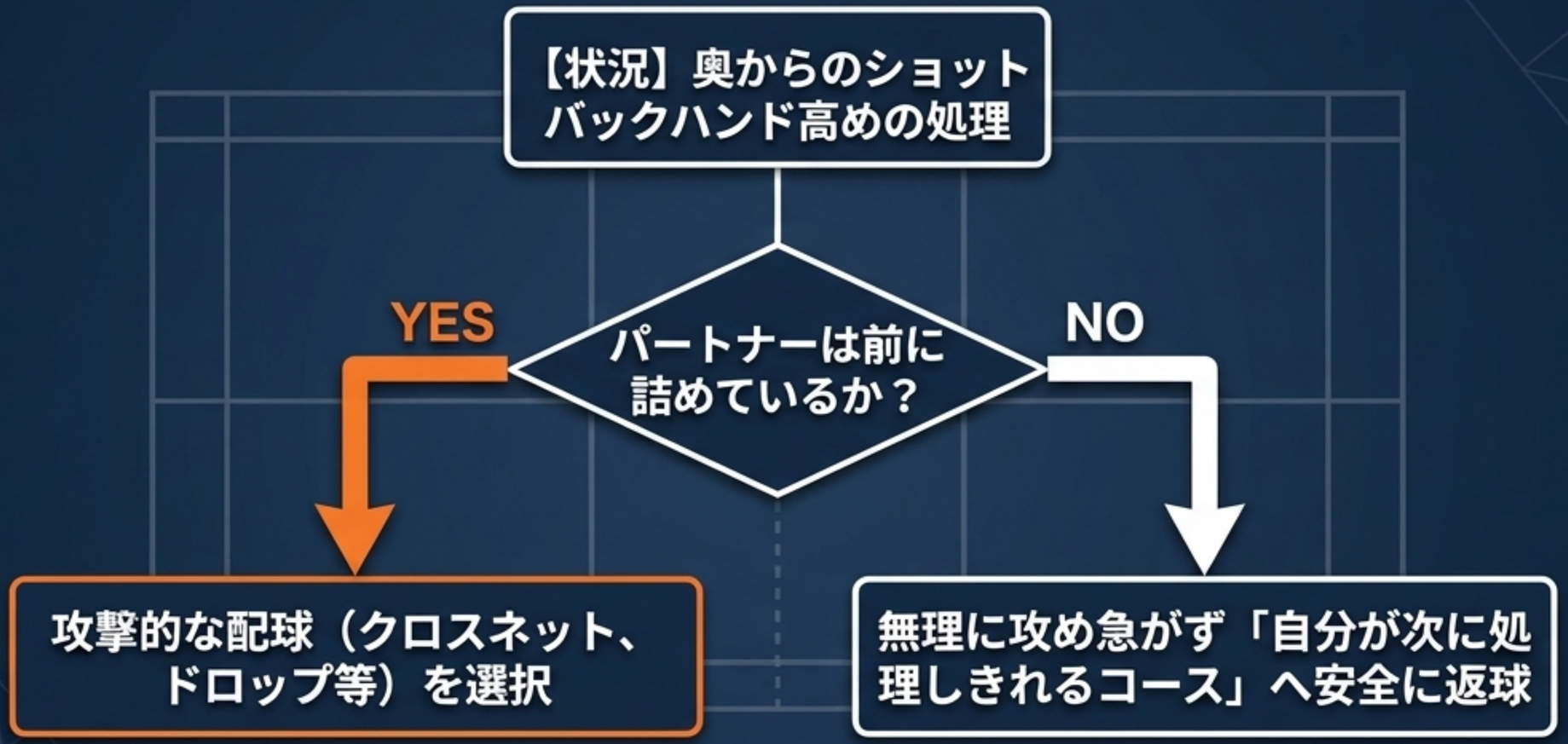
「からくり人形」のように動きが硬くなった時こそ、ポジショニングという土台が戦術を支える。疲労時こそ、立ち位置の精度が勝敗を分ける。

詳細を分析する

戦略を適用する

Gemini Notebook

決断ツリー：「致命的な一本」の発生源を潰す



洞察：ラリーの展開が良くても、一発で決めたい「欲」が致命的なミスを生む。
次の展開まで自分が責任を持てるショットを選ぶ冷静さが必要。

Gemini Notebook

学習のパラダイムシフト：同質への固執 vs 異質の探求

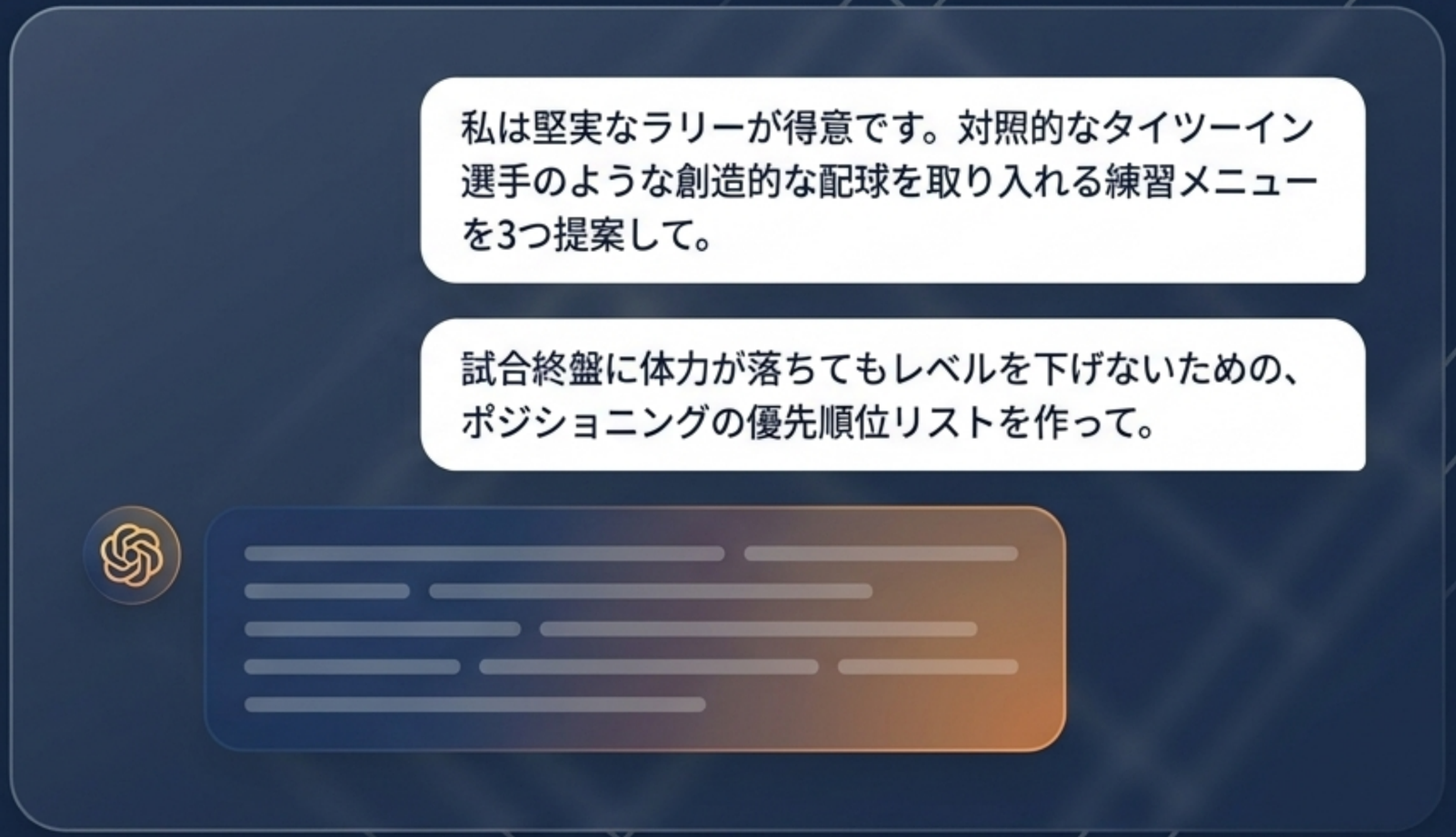
【同質への固執】	【異質の探求】
対象：自分と似たプレイスタイルの選手（例：地道で堅実なプレー）	対象：対極にあるトップ選手（例：タイツーインのトリッキーなリズム）
心理状態：安心感がある、理解しやすい	心理状態：違和感がある、難易度が高い
成果：既存スキルの微調整にとどまる（伸びしろが限定的）	成果：未開拓の能力領域に火がつき、創造性とプレーの引き出しが爆発的に広がる

結論：成長の壁を越えるには、あえて「真逆のスタイル」をインストールせよ。

Gemini Notebook

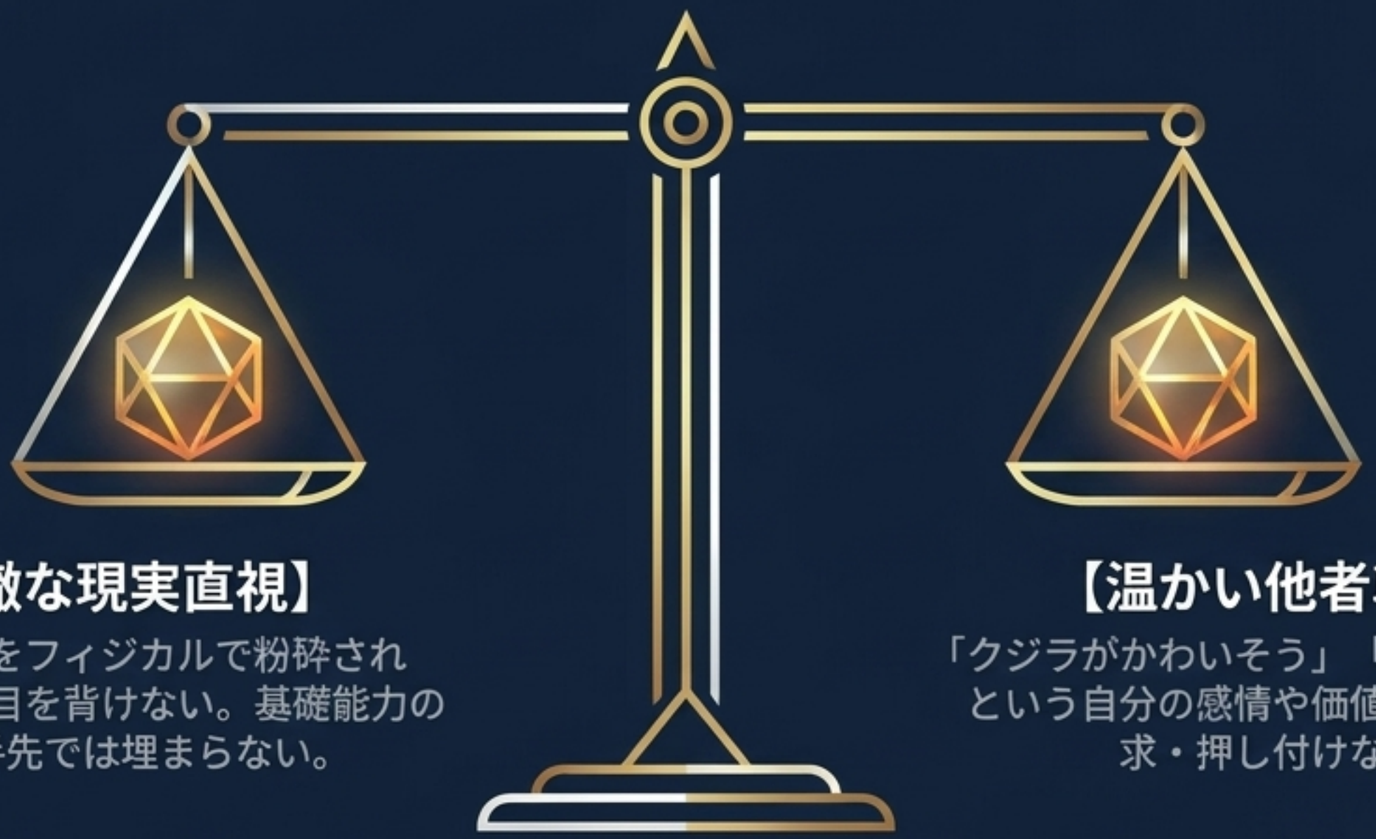
生成AIを「思考の壁打ち相手」にする

AIは、自分の癖や苦手なパターンを客観視し、言語化を加速させるための最高のパーソナルコーチになる。



Gemini Notebook

哲学の天秤：現実への冷徹さと、他者への温かさ



【冷徹な現実直視】

「戦術ごときをフィジカルで粉砕される」事実から目を背けない。基礎能力の差は小手先では埋まらない。

【温かい他者尊重】

「クジラがかわいそう」「こうあるべき」という自分の感情や価値観を他人に要求・押し付けない。

洞察：人はそれぞれ異なる限界と価値観の中で生きている。現実の厳しいギャップ（フィジカル差や組織の壁）から目を背けず、かつ他者の生き方を尊重する成熟した視点を持とう。

Gemini Notebook

限界を突破する「5つの本質的な学び」

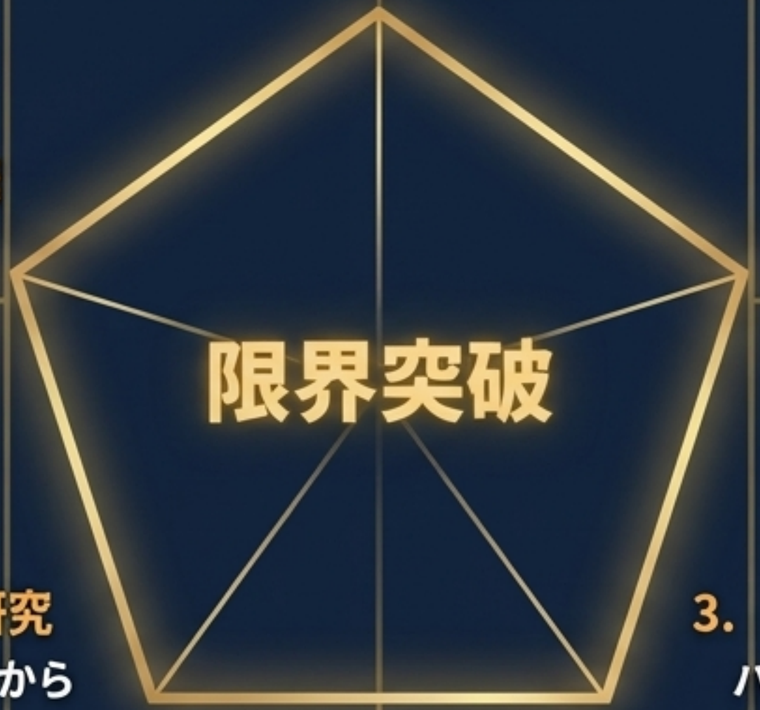
1. 【戦術】ポジショニングの真価
体力が落ちた時こそ、立ち位置で
カバーしレベルを維持する。

2. 【修正】致命的な一本の排除
得意技を伸ばすだけでなく、
失点の発生源をピンポイントで潰す。

3. 【連携】処理しきれるコースの選択
パートナーの状況を冷静に見極め、
責任を持てる配球をする。

4. 【学習】異質なスタイルの研究
タイツーインのような対極の選手から
未開拓の領域を拓く。

5. 【哲学】価値観の押し付けの放棄
自分の「かわいそう」や正義を
他人に要求しない。



アクションを起こす

Gemini Notebook

学習サイクルを回すアクションリスト



- ☐ 課題と理想を自分の言葉でノートやSNSに書き出したか？
- ☐ 自分と対照的なプレイスタイルの動画を観て、技術を1つ抽出したか？
- ☐ 自分の感情を他人に押し付けず、客観的に今日の改善点を振り返ったか？
- ☐ パートナーが詰めていない時、自分が処理しきれるコースへ返球できたか？
- ☐ 遠征や練習のための仕事調整を先延ばしせず連絡したか？

Gemini Notebook

今日の気づきを、明日の一歩へ。

現実を直視する冷徹さと、他者を尊重する温かさが同居する場所。
耳が痛いほど本質的なフィードバックこそが成長の最短ルートであり、
異質なものとの出会いが真のブレイクスルーを生む。
自分の正義を押し付けず、挑戦する人の孤独に寄り添える感性がある
からこそ、このコミュニティは強く、優しい。

» この熱狂と学びを体験する（オンライン教室詳細へ）

https://phoenix-aichi.net/18693-2/#top
※各種お問い合わせ・体験レッスンも受付中

Gemini Notebook