

**WSF Coaching Conference  
Cairo 2019**

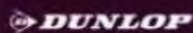
# **Working with world champions**

 <b>1</b> RANEEM EL WELILY <small>EGY</small> ★	 <b>2</b> NOUR EL SHERBINI <small>EGY</small> ★	 <b>3</b> NOUR EL TAYEB <small>EGY</small> ★	 <b>4</b> CAMILLE SERME <small>FRA</small>	 <b>5</b> NOURAN GOHAR <small>EGY</small> ★
--	--	---	---	--

 <b>6</b> JOELLE KING <small>NZL</small>	 <b>7</b> SARAH-JANE PERRY <small>ENG</small>	 <b>8</b> AMANDA SOBHY <small>USA</small>	 <b>9</b> TESNI EVANS <small>WAL</small>	 <b>10</b> ANNIE AU <small>HKG</small>
---	--	--	---	---

<b>11</b> <b>4</b> HANIA EL HAMMAMY (EGY) ★	<b>16</b> YATHREB ADEL (EGY) ★
<b>12</b> <b>1</b> JOSHNA CHINAPPA (IND)	<b>17</b> JOEY CHAN (HKG)
<b>13</b> <b>2</b> ALISON WATERS (ENG)	<b>18</b> <b>1</b> OLIVIA BLATCHFORD CLYNE (USA)
<b>14</b> <b>2</b> VICTORIA LUST (ENG)	<b>19</b> <b>1</b> NELE GILIS (BEL)
<b>15</b> <b>1</b> SALMA HANY (EGY) ★	<b>20</b> ZEINA MICKAWY (EGY) ★

[PSAWORLDTOUR.COM](http://PSAWORLDTOUR.COM)



OFFICIAL BALL & RACKET



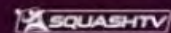
OFFICIAL CLOTHING & SHOES



OFFICIAL COURT PARTNER



OFFICIAL CHARITY PARTNER



OFFICIAL ONLINE BROADCASTER

# PSA

Oct 2019 WOMEN

40% top 10

40% top 20



 <b>1</b> ALI FARAG (EGY) ★	 <b>2</b> MOHAMED ELSHORBAGY (EGY) ★	 <b>3</b> TAREK MOMEN (EGY) ★	 <b>4</b> KARIM GAWAD (EGY) ★	 <b>5</b> PAUL COLL (NZL) ★
--------------------------------	---	----------------------------------	----------------------------------	--------------------------------

 <b>6</b> SIMON RÖSNER (GER) ★	 <b>7</b> DIEGO ELIAS (PER) ★	 <b>8</b> MOHAMED ABOUELGHAR (EGY) ★	 <b>9</b> MIGUEL RODRIGUEZ (COL) ★	 <b>10</b> MARWAN ELSHORBAGY (EGY) ★
-----------------------------------	----------------------------------	---	---------------------------------------	---

<b>11</b> 1 SAURAV GHOSAL (IND)	<b>16</b> GREGOIRE MARCHE (FRA)
<b>12</b> JOEL MAKIN (WAL)	<b>17</b> 2 DARYL SELBY (ENG)
<b>13</b> OMAR MOSAAD (EGY) ★	<b>18</b> JAMES WILLSTROP (ENG)
<b>14</b> 1 FARES DESSOUKY (EGY) ★	<b>19</b> 2 DECLAN JAMES (ENG)
<b>15</b> 1 ZAHED SALEM (EGY) ★	<b>20</b> 5 MAZEN HESHAM (EGY) ★

[PSAWORLDTOUR.COM](http://PSAWORLDTOUR.COM)

PSA  
 Oct 2019 MEN  
 60% top 10  
 50% top 10



# ► DROPshots ►

## THE TOP

NATIONS THAT HAVE WON A MEN'S OR WOMEN'S WORLD JUNIOR INDIVIDUAL TITLE SINCE 1980

27	EGYPT	★	
8	ENGLAND		
5	AUSTRALIA		
4	MALAYSIA		
2	PAKISTAN		
2	PERU		
1	FINLAND		
1	NEW ZEALAND		
1	UNITED STATES		

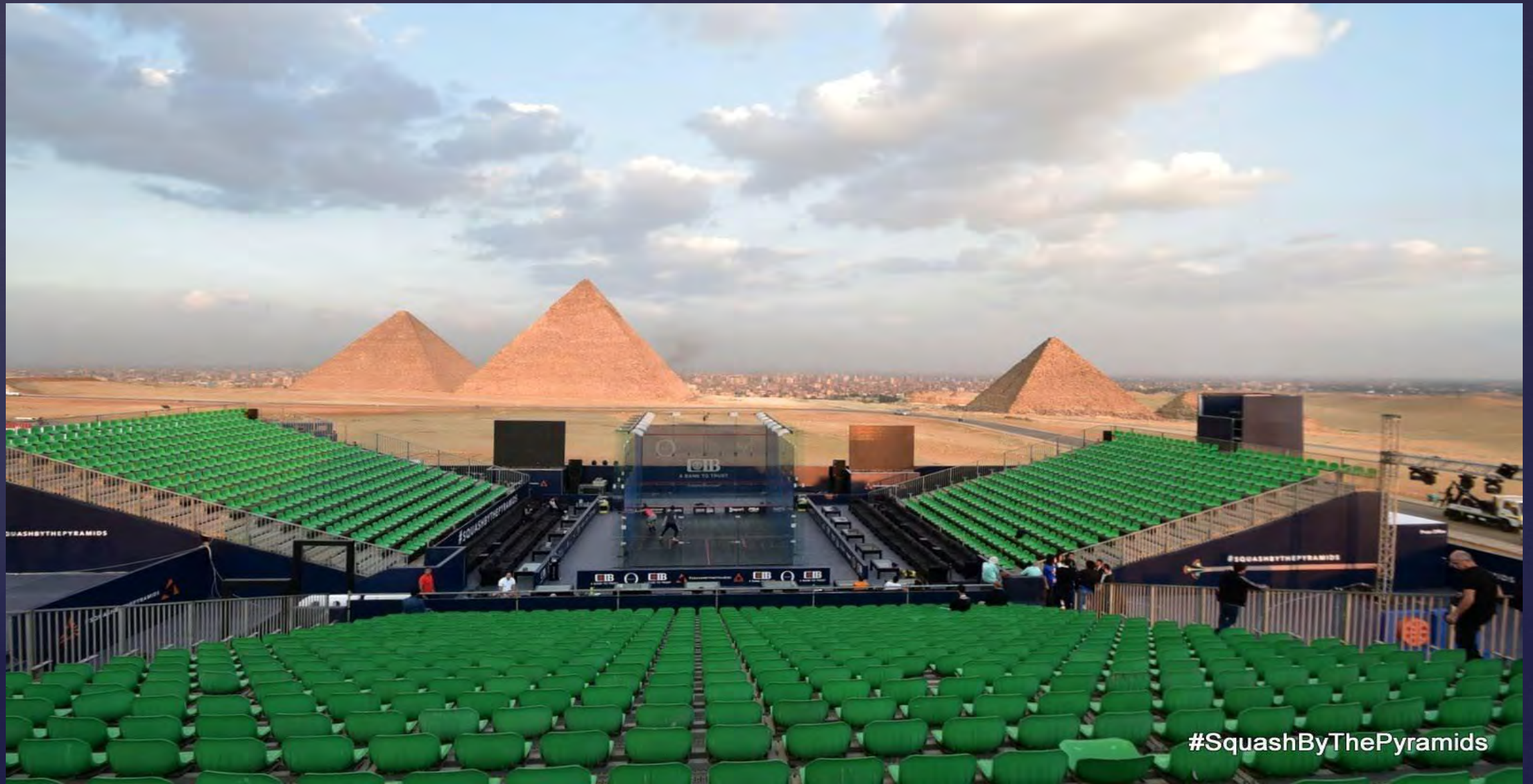
Amanda Sobhy became the only American to win the World Juniors in 2011



Egypt's 2019 World Junior Champions Hania El Hamammy and Mostafa Asal



# Egyptian Squash the 8<sup>th</sup> wonder



#SquashByThePyramids









BYTHEPYRAMIDS

#SquashByThePyramids

CIB A BANK TO TRUST

#SquashByThePyramids





#SquashByThePyramids



Who is here ?



# In one word describe Egyptian squash and its effect on squash

Creative

Ahead

Flexible

Pharaohs

Inclusive

Passionate

Effective

Consistent

Secrets

Dominant

Smart

Focused

Aggressive

Successful

Headway

Evolution

Amazing

Small details



# Atmosphere & Secrets

**What champions need?**

**Champions atmosphere**

- **Squash Mania**
- **Good investment**
- **Super mama**
- **Tough coaches**
- **Good eyes**
- **Partners**
- **Hard competition**
- **Championship community**

- **Hell of work**
- **Many secrets**
- **Raw materials**
- **Magnificent talents**
- **Experience**
- **Player character**
- **Different types of players**
- **Connected & continued generations**
- **Media**



# Champions industrial Creation

# Steps

The diagram illustrates a progression path from Academies to Clubs to National team. The Academies column lists age groups: Mini 1, Mini 2, Beginner 1, Beginner 2, and Intermediate. The Clubs column shows player counts: 11, 13, 15, 17, and 19. The National team column also shows player counts: 11, 13, 15, 17, and 19. Blue curved arrows indicate the flow from Academies to Clubs and from Clubs to National team. A large blue arrow on the right side of the table points downwards towards the PSA logo.

Academies	Clubs	National team
Mini 1	11	11
Mini 2	13	13
Beginner 1	15	15
Beginner 2	17	17
Intermediate	19	19

PSA



ARDIC  
EGYPTIAN INTERNATIONAL  
JUNIOR OPEN

ARDIC  
DEVELOPMENTS

البنك الأهلي المصري  
NATIONAL BANK OF EGYPT

BLACK BALL  
SPORTING CLUB



#ARDICjunior





**BLACK BALL**  
SPORTING CLUB







**BLACK BALL**  
SPORTING CLUB

**SEASON ONE**  
**CELEBRATION**







My name is Ashraf Hanafy





# Competition

**14 tournaments 1350 players / 256 draw**

**450 matches per day**

**10 categories junior league boys & girls (11,13,15,17,19)**

**30 matches per day**



**WORLD CHAMPIONS**

# Men / Team World Champions 2017





# Women / Team 2018



[www.squashraf.com](http://www.squashraf.com)





**Working with world champions**

Amr Shabana

Ramy Ashour

Karim Darwish

Ali Farag

Mohamed Elshorbagy

Karim Samy

Marwan Elshorbagy

Omar Mousad

Mostafa Assal

Nour Eltayb

Rachel Granham

Sabina Shouna

Hania El Hamamy

Rawan El Araby

Salma Hany

Yathreb Adil



# AMR SHABANA



Ashraf Hanafy is a classical Egyptian squash player, growing up competing against him and then later being coached by Ashraf on stages through my career has been very positive. A tactician who understands the game.

Amr Shabana

أشرف حنفى لاعب أسكواش مصرى فذ.

لقد نافسته كلاعب فى نشأتى الأولى ثم تدربت على يديه فى مرحلة لاحقة  
وكانت تلك المرحلة إيجابية للغاية فى حياتى المهنية كمخترف.  
بارع فى التكتيك يفهم معنى الأسكواش.

تحياتى  
عمر شبانة



# RAMY ASHOUR

I have worked with a lot of coaches and trainers through out my whole squash career since I was 6 years old when I started playing squash and I can confidently say that Coach Ashraf Hanafi in my opinion is one of the very few elite visional, coaches in Egypt if not around the world and one of the best coaches to analyze and study the game of squash whether it was a seniors match or a juniors match he always gets his hands on right keywords of the match and intricately explains it to the player in a simple way, that's besides his great ability to breakdown and oversee the important little details of the whole game, on court and off court... We have worked together a lot since my early squash career years and I did benefit a lot from his coaching and training tips.



Coach Ashraf Hanafi trained and supported me winning my first world junior open title 2004 and we flew together to some of my very first PSA events, which I did win.

I do trust his vision and coaching advices and I see him as a great squash mind who appreciates and perceives our beloved game differently.

Thank you coach Hanafi

A handwritten signature in black ink, reading 'Ramy Ashour'.

لقد تدرّبت مع كثير من المدربين خلال تاريخي في الأسكواش منذ أن كان عمري ٦ سنوات عندما بدأت في لعب الأسكواش. وبكل ثقة أستطيع أن أقول أن كابتن أشرف حنفي هو واحد من المدربين النادرين الذين لديهم رؤيتهم الخاصة للأسكواش في مصر إن لم يكن في العالم.

وهو واحد من أفضل المدربين في تحليل ودراسة مباريات الأسكواش سواء كانت مباراة ناشئين أو محترفين فهو دائماً يضع يده على مفتاح المباراة الصحيح ويقوم بشرحها للاعب بشكل مبسط، هذا بالإضافة إلى قدرته الهائلة على تحليل ومراقبة التفاصيل الدقيقة والمهمة للعبة كلها، داخل الملعب وخارجه...

لقد عملنا كثيراً معاً منذ نشأتي المبكرة في لعبة الأسكواش ولقد أستفدت كثيراً من تدرّبه ونصحه لي.

لقد قام كابتن أشرف حنفي بتدريبي ودعمي للفوز بلقبى الأول ببطولة العالم

للناشئين عام ٢٠٠٤ بباكستان وقد سافرنا معاً لبعض بطولات المحترفين PSA والتي فزت بها.

أنا أثق في رؤيته ونصائحه في الكوتشينج خلال المباريات وأراه

عقلية أسكواش رائعة تستطيع أن تقدر وتستوعب الأسكواش بشكل مختلف.



# ALI FARAG

My name is Ali Farag, a former professional squash player from Egypt. I was runner up in World Junior Open 2010 and the 2011 British Junior Open champion. I now pursue my education at Harvard University, USA. I was the collegiate National Champion and finished my first season with a 16-0 overall record. I grew up being coached, advised, and inspired by Ashraf Hanafy. His work is of the very highest quality. I've been following him ever since I was 10. He's helped me a lot throughout my junior and senior careers. He is eminently qualified to execute squash assignments of various kinds due to outstanding experience. Ashraf Hanafy is a rare talent and so to be coached by him was/is a great privilege. I don't think I could have reached this level without his constant support and help. Ashraf has been a role model to all the younger players. He is such a generous person that whenever he passes by the juniors he must give advice and passes on his experience. Knowing Ashraf and his dedication for the game, it is without hesitation that I recommend him to be among one of the leading squash athletes in the field.

Ali Farag



إلى من يهمه الأمر

الموضوع: أشرف حنفي

أسمى على فرج، لاعب أسكواش محترف من مصر. فزت بالمركز الثاني ببطولة العالم الفردي للناشئين ٢٠١٠ بالأكوادور والمركز الأول ببطولة إنجلترا للناشئين ٢٠١١.

والآن أكمل دراستي بجامعة هارفرد بالولايات المتحدة الأمريكية. لقد كنت الفائز بالبطولة المحلية للجامعات وأنهيت الموسم الأول بمجموع مباريات ١٦ مباراة فوز/ - هزيمة.

لقد نشأت على التدريب وأخذ النصيحة والإلهام من أشرف حنفي. أنه ذو كفاءة عالية في أداء عمله وقد كنت أتبع تعليماته منذ أن كان عمري ١٠ سنوات.

لقد ساعدني كثيراً خلال فترة الناشئين والمحترفين في تاريخي الأسكواشي. أنه مؤهل وبشكل بارز في إعطاء توجيهات الأسكواش بأشكالها المتنوعة من خلال خبراته الغير اعتيادية.

أشرف حنفي موهبة نادرة والتدريب تحت إشرافه يعطى إمتياز رائع. لا أظن أنني كنت أستطيع الوصول إلى ما أنا عليه الآن دون مساندته ومساعدته المستمرة.

أن أشرف كان دائماً قدوة اللاعبين الصغار. فهو شخص كريم ولايخجل بنصائحه حيث عند مروره على تدريبات الناشئين فإنه يعطى النصائح الضرورية وينقل خبرته إليهم.

كل من يعرف أشرف وإخلاصه وتفانيه للعبة الأسكواش يتأكد دون شك أنه واحد من الرياضيين البارزين في مجال الأسكواش.



# NOUR EL-TAYEB

I am Nour El Tayeb, a former World Junior Champion. I was part of the team that won the World Junior Championship twice. I was also part of the team that won the Women World Championship. I reached a highest ranking of 1 under 19 and 12 in the senior circuit ( aka WSA, Women Squash Association). I'm currently ranked 19 in the world. Ashraf Hanafy coached me throughout my squash career. He has been a major part of my journey as a squash player. I grew up playing squash under his supervision where he mentored me daily. He helped me improve all aspects of the game. Ashraf Hanafy improved my technical side tremendously, but also improved my movement around the court and my mental toughness. In addition, he isn't the type of coach whose sole objective is to boost my morale. More importantly, he is not one who would tell me what I want to hear , but what I need to hear, whether it be deserved praise or harsh criticism.

Moreover, Ashraf Hanafy developed the competitiveness and the fighting spirit inside me helping me become a better rounded squash player.

I believe that a coach of Ashraf Hanafy's caliber is an addition to the word of squash. Anyone would be very lucky to get to spend some time with him. I know I have been.

*Nour El Tayeb*



إلى من يهمه الأمر:

أسمى نور الطيب:

- بطلة العالم للناشئات فردي.

- بطلة العالم للناشئات فرق مرتين.

- بطلة العالم للسيدات فرق.

- التصنيف الدولي للناشئات رقم ١ على العالم تحت ١٩ سنة.

- الترتيب العالمي رقم ١٢ على العالم رابطة اللاعبات

المحترقات WSA .

- ترتيبى الحالى رقم ١٩ على العالم.

أشرف حنفي قام بتدريسي خلال تاريخي الأسكواشي. ولقد كان

له الفضل الأساسي خلال رحلتي كناشئة أسكواش.

لقد ترعرعت وأنا لعب الأسكواش تحت إشرافه حيث كان يقوم بمتابعتي يومياً.

ولقد ساعدني في تحسين جميع مهارات لعبة الأسكواش.

أشرف حنفي قام بتعديل وتحسين الجانب الفني في أدائي بشكل كبير وكذلك تحركات القدمين بالملعب وقدراتي الذهنية خلال المباريات.

بالإضافة إلى ذلك فهو ليس من نوع المدربين الذين هدفهم الرئيسي هو رفع معنوياتي.

والأهم من ذلك فإنه ليس من النوع الذي يقول لي ما أريد في سماعه ولكن ما أحتاج لسماعه فعلاً سواء كان ثناء مستحق أو نقد قاس.

أشرف حنفي طور القدرة التنافسية والروح القتالية بداخلي مما ساعدني لتحسين ترتيبى العالمي.

أنا أؤمن بأن مدرب بكفاءة أشرف حنفي هو إضافة إلى عالم الإسكواش.

أن أي شخص سوف يكون محفوظ بقضاء بعض الوقت معه. أنا أعلم ذلك جيداً فقد قمت بالتجربة بنفسى.



# MOHAMED EL-SHORBAGY



I have learnt A lot from C. Ashraf Hanafy over the years during my career. I like to talk to him a lot about the game as he understands it very well and have always different way of thinking that add up a lot to your game.

*Mohamed Elshorbagy*

لقد تعلمت كثيراً من كابتن أشرف حنفى خلال السنوات السابقة فى حياتى الأسكواشية فأنا أحب أن أتحدث كثيراً معه فيما يتعلق بلعبة الأسكواش وذلك لخبرته الكبيرة بها وفهمه لها. فهو له دائماً طرق تفكير مختلفة والتي تضيف الكثير لتنمية الأداء فى اللعبة.



# MARWAN EL-SHORBAGY



I have trained with Captain Ashraf Hanafy just before winning my World Juniors in Qatar. He improved a lot my mental strength on and off court and how to deal with pressure and that helped me a lot with winning the title.

*Marwan El-Shorbagy*

لقد تدرّبت مع كابتن أشرف حنفي قبل فوزي  
ببطولة العالم للناشئين ٢٠١٢ بقطر مما كان له  
الأثر في تحسن قدراتي الذهنية خلال المباريات  
وخارج الملعب وكيفية التعامل واللعب تحت  
الضغط وهذا ساعدني كثيراً للفوز باللقب.













BLACK BALL  
SPORTING CLUB



# **Most Important Squash Tools & How to use them to win a game**



➤ **Techniques.**

➤ **Foot work..**

➤ **Fitness.**

➤ **Creativity and innovation.**

➤ **Tactics.**

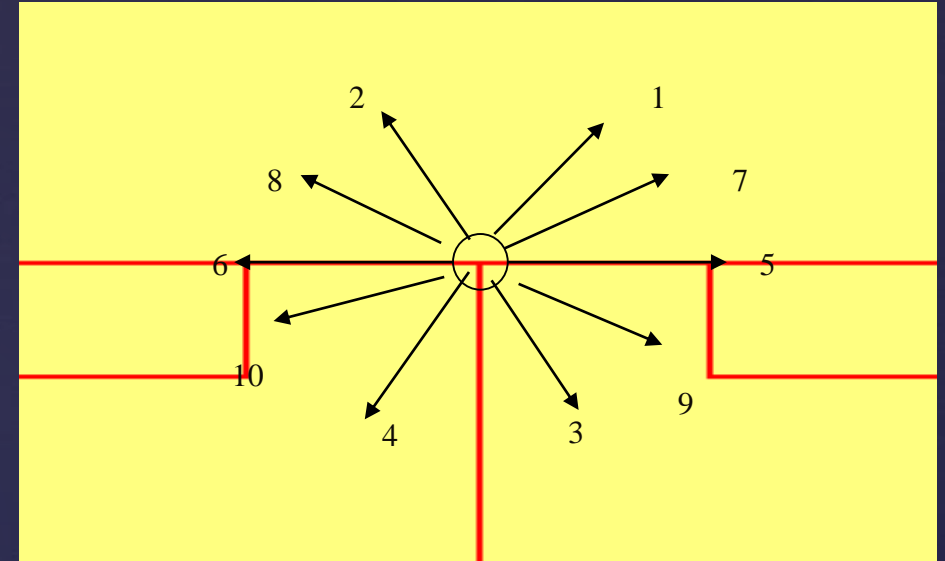
➤ **Mental.**

➤ **Talent.**

➤ **Experience.**

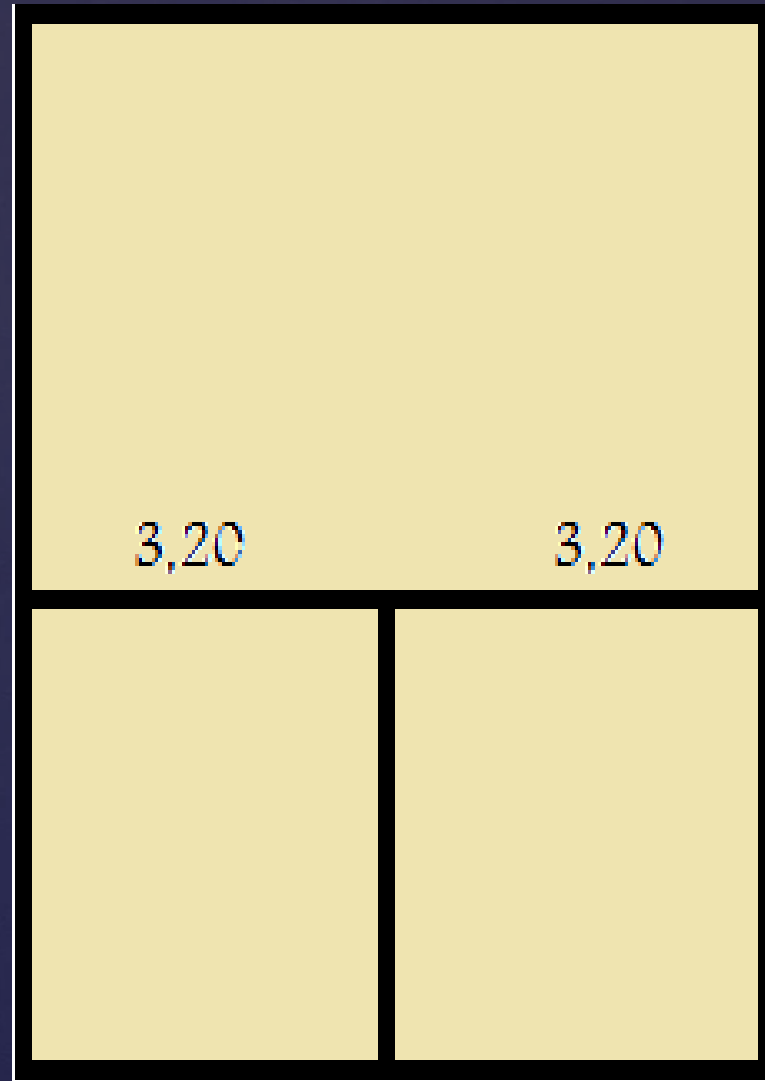
# Foot work

- **Court dimensions.**
- **Feeling the court.**
- **Be there ready to hit.**
- **Use the suitable foot (balance).**
- **Steps depend on height.**
- **Winning some centimeters is not bad in 63 square meters.**

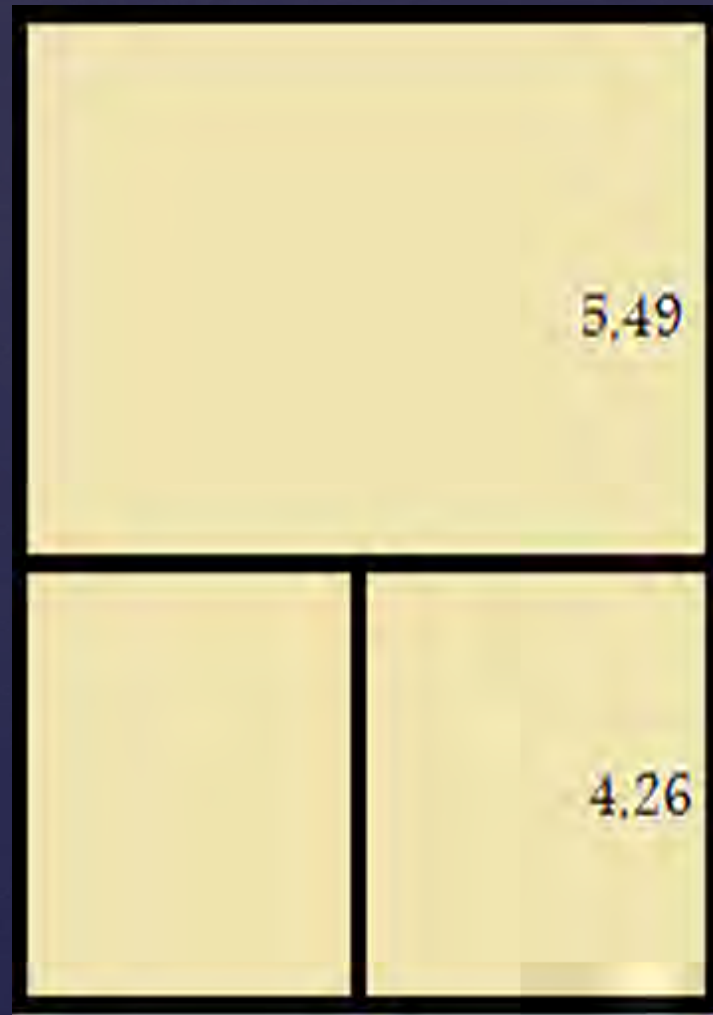




Width 6.40m

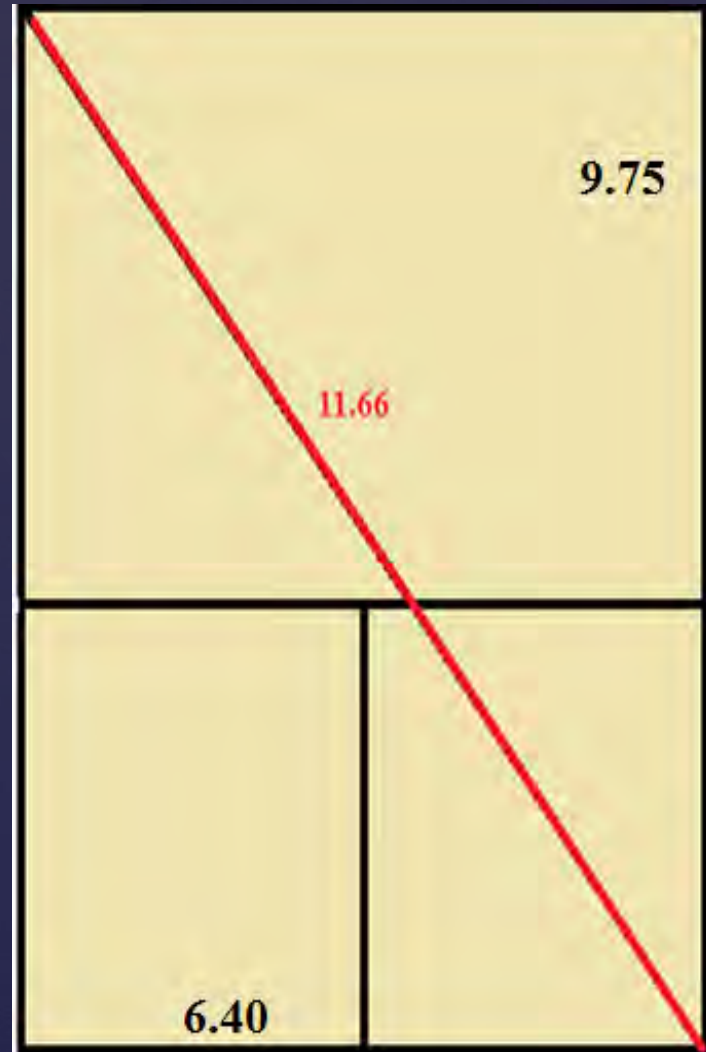


Length 9.75m

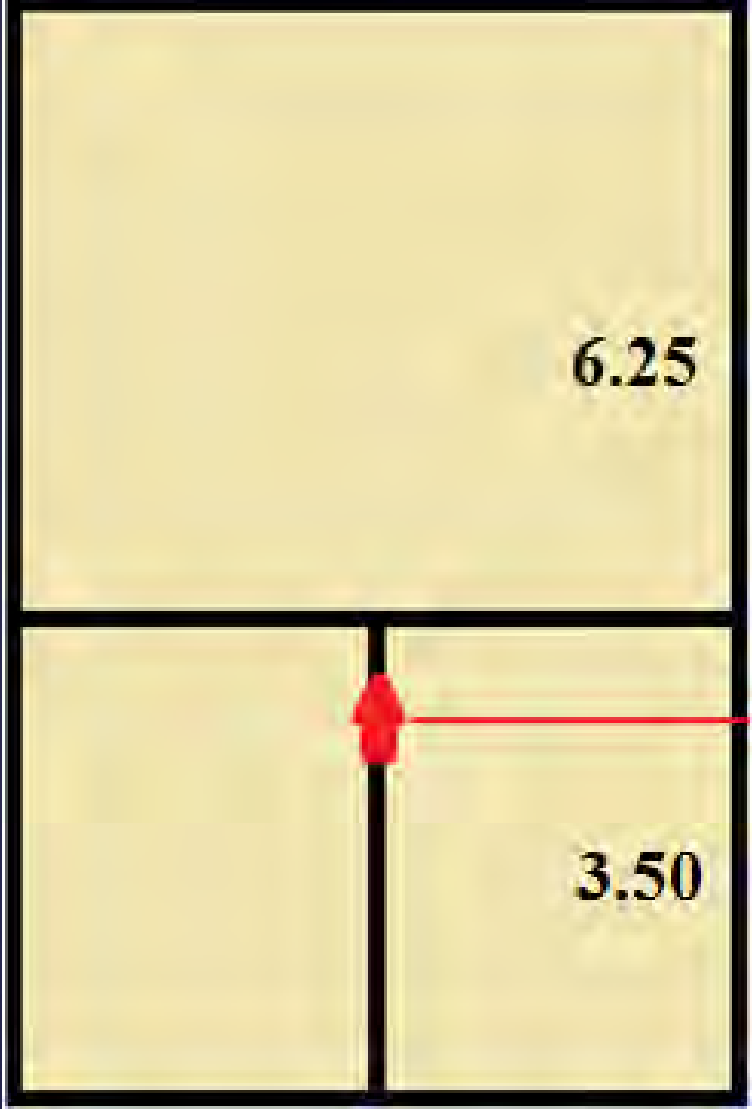




Diameter 11.66m



# Reality





# Improving Foot Work

- **First step to last step.**
- **Slow start.**
- **All details.**

# Use Foot work

## Attack

- **Early there.**
- **More time.**
- **Better position.**
- **Best opportunity.**

## Defense

- **Cover the court.**
- **Better position.**



- **Techniques**

- **Foot work**

- **Fitness**

- **Creativity and innovation**

- **Tactics**

- **Mental**

- **Talent**

- **Experience**

# Techniques

➤ **Back court:**

- **Straight**
- **Cross**
- **Lob**

➤ **Front court**

- **Drop**
- **Boast**
- **Killing shots**



# Improving Techniques

- **Ball control (no pressure)**
- **Ball control (under pressure)**
- **Aiming target.**
- **Magic touch – fun game.**
- **Creativity and innovation.**

# Technique big secret

- **soft shots but aggressive attacking**
- **Helping**
  - Tactic**
  - Fitness**
  - Mental**



# Use Techniques

## Attack

- **Better control.**
- **Bigger court.**
- **Faster point.**

## Defense

- **Unexpected shots in difficult situations**
- **Win a point instead of losing one**

➤ **Techniques.**

➤ **Foot work..**

➤ **Fitness.**

➤ **Creativity and innovation.**

➤ **Tactics.**

➤ **Mental.**

➤ **Talent.**

➤ **Experience.**

# Tactics

- **Find the easiest and fastest way to win**
- **Concentrate on your opponent weak points**
- **Win. play my game.**
- **Lose. change my game**



# Improving Tactics

- **Live show.**
- **Reverse motion.**
- **Group discussion between players and trainers.**
- **Video.**

➤ **Techniques.**

➤ **Foot work.**

➤ **Fitness.**

➤ **Creativity and innovation.**

➤ **Tactics.**

➤ **Mental.**

➤ **Talent.**

➤ **Experience.**

# Use Tactics

## Attack

- **Play once think twice.**
- **Be there(anticipation).**
- **Racket & Mirror.**
- **Place the ball as far as possible for the opponent.**
- **Different shots in same situation**

## Defense

- **Wait for the right time. basic game.**
- **Test the other corners**



# Mental

- **The Hard equation**
- **Prepare the player before game**  
**(believe in your self)**
- **Relax and stay cool.**
- **Do your best.**
- **Enjoy the game.**
- **Close game hard time.**
- **Hungry player/ good prepared**
- **Mental toughness better chance**

# Improving Mental

- **Boxing match.**
- **Fighting spirit.**
- **Biting the wood.**
- **Unlimited pressure**
- **Always learning.**
- **Brain to brain talk.**

# Use Mental

## Attack

- **Feel confidence.**
- **Concentrate on game.**
- **Self talking.**
- **Come-on.**

## Defense

- **Waste time.**
- **Think about mistakes.**
- **change the game.**
- **Come-on**



➤ **Techniques.**

➤ **Foot work..**

➤ **Fitness.**

➤ **Creativity and innovation.**

➤ **Tactics.**

➤ **Mental.**

➤ **Talent.**

➤ **Experience.**

# Fitness

- **Squash needs a fit, strong, fast & powerful player.**

# Improving Fitness

- (Heart & Lung)
- (Muscles)



# Use Fitness

## Attack

- Be there for good attack.
- Power game.

## Defense

- Be there for good defense.
- Conditional game.

➤ **Techniques.**

➤ **Foot work..**

➤ **Fitness.**

➤ **Creativity and innovation.**

➤ **Tactics.**

➤ **Mental.**

➤ **Talent.**


➤ **Experience.**

# Talent (player character)

- **Player character determines every thing**
- **Different types of talent**
- **Use it.**
- **Improve it.**
- **Concentrate on it.**
- **But don't forget the rest.**



# Choose the right tool for the right player

- **Player analysis.**  Attack %?  
Defense %?
- **Work in both.**
- **Better complete player**

**Thank you**