

女子ソフトテニス 部年間活動計画

顧問名

三枝 清幸  
須田 誠

活動目標	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ソフトテニスの技能向上</li> <li>・チーム力の向上</li> <li>・市内大会ベスト4 県大会出場</li> </ul>											
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
活動概要 (曜日・時間・場所・内容など)	活動場所:テニスコート  放課後練習(週4日) 準備体操 ストローク練習 ボレー練習 サーブ練習 レシーブ練習 体づくり など				活動場所:テニスコート  放課後練習(週4日) 準備体操 ストローク練習 ボレー練習 サーブ練習 レシーブ練習 展開練習 体づくり など				活動場所:テニスコート  放課後練習(週4日) 準備体操 ストローク練習 ボレー練習 サーブ練習 レシーブ練習 展開練習 体づくり など			
休養日 オフシーズン	平日:不定休 週末:雨天時 土日に活動した際は、月を 休養日とする。				平日:不定休 週末:雨天時 土日に活動した際は、月を休養日 とする。 お盆休み				平日: 不定休 週末:雨天時 土日に活動した際 は、月を休養日とす る。 年末年始(12/29 ~1/3)			
参加予定大会 日程等	5月春季市民大会 6月学校総合体育大会 7月夏季市民大会				8月県南新人大会 8月夏季交流大会 9月秋季市民大会 10月新人兼県民体育大会 12月中学生選抜大会選考会				1月冬季市民大会 2月上尾市中学校交 流大会 2月上尾市ソフトテ ニス研修会 3月スリクソンカップ 3月中学生選抜大会			
備考												