

2024年度(令和6年) 水戸市スポーツ少年団

団長 石川隆義

○練習場所 水戸市見川総合運動公園第1テニスコート6面 1～5、10コート
*雨天でも、7時まで待機し態度決定 (10月～⑤⑩は使用不可)

○練習日時 午前7時～8時30分 (日曜日 34回予定) *12月から2月は休み

○申込締切 8月まで 募集60名程度 習熟度でクラス移動

○指導内容 テニスの基礎技術 ○心正しく、礼儀正しく、楽しく

準備運動⇒出欠⇒クラスわけ⇒各コートレッスン⇒コート清掃⇒解散

- 準備品 ①テニスシューズ(通学靴・運動靴でもよい)を履いてくる
②テニスのできる服装に着替えてくる(ジーパンは禁止)
(服装は特に定めませんが、自由に動けるようなものを着ること)
③テニスラケット(名前を書く)を持参する
④飲料水

	年長1年	2年	3年	4年	5年	6年	中高生	合計
男子	1	2	2	6	0	3	7	16
女子	1	2	2	4	4	2	7	20
合計	2	4	4	10	4	5	14	36

コート割当表

コート	対象者・内容等	指導員	練習日 *12月から2月は休み
コート ボール	未経験・初心者	茅根清士	4月7, 14, 21, 28
1コート レッド	年長・1年・2年 基礎的な動き 体力づくり 挑戦心育成	石川隆義 高野紀子	5月12, 19, 26 6月2, 9, 16, 23 7月7, 14, 21, 28 8月4, 11, 18, 25
2コート レッド	初級者1 基本の修得 運動能力を伸ばす ラリーを楽しむ	馬場耕一 堤弘光	9月8, 15, 22, 29 10月6, 13, 20 11月3, 10, 17, 24 3月2, 9, 16, 23
3コート オレンジ	初級者2 基本の安定 チームワークを育む	加藤正敏 石塚智恵子	
4コート グリーン	初中級者 基本の調整 ダブルスゲーム	高森三郎 小湊美波	
5コート イエロー	中級者・中高生 応用力を高める ゲーム・プレー調整	木村壮 小湊陽子	
10コート イエロー	上級者・中高生 ゲーム・プレー強化	試合中心 ネットプレー	篠崎淳

年度 水戸市テニス少年団入団申込書

ふりがな

氏名

男・女

生年月

年 月 日 生 (才)

住所

〒

TEL

学校名

学校 年(4月からの新学年)

団員歴 新規・継続

年目

上記の者、水戸市テニススポーツ少年団に入団申込みいたします

ふりがな

年

月

日

保護者名

印