

女子硬式テニス部 11月～2月の活動報告

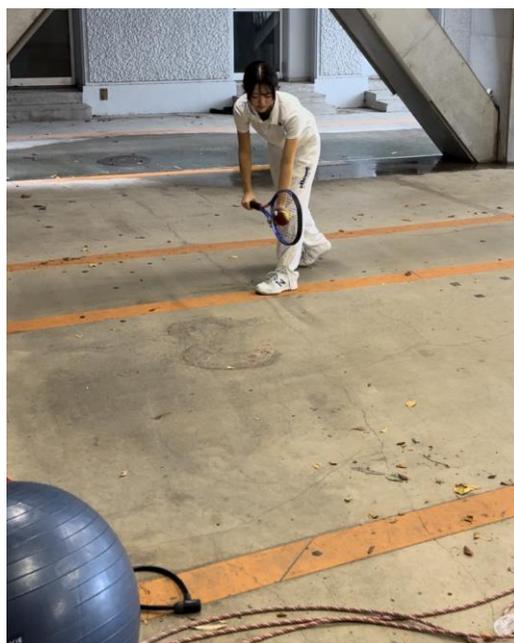
【11月～12月】

都立対抗テニス大会（個人戦）

12月26日に公式戦が予定されていましたが、インフルエンザのため残念ながら棄権となりました。この後しばらく大会がありませんが、冬の間しっかり基礎的な練習を積み重ねて次の大会に備えたいと思います。

雨の日の活動

雨が降ってコートが使えない日は、駐輪場でバランスボールやメディسنボールを使った体幹トレーニングやジュニア用のボールでサーブやボレーの練習をしています。



【1月～2月】

受験を終えた3年生部員が時折練習に参加しています。冬至を過ぎても5時過ぎには暗くなってしまうのでLED投光器を出して6時まで練習しています。

この日は3年生4名が参加しました。



久しぶりにゲーム形式の練習ができました。



3年生はブランクを感じさせないいい動きでした。

