

年間の活動計画

都立南多摩中等教育学校 後期女子硬式テニス部

年間目標	初心者から経験者まで基本的技術を習得し、テニスを生涯スポーツとして楽しめるようにする。		
部員数 (令和元年5月現在)	16名 (男子 0名 女子 16名)		
活動日	月、水、木、金、土、(日) *日曜は公式戦などの場合。		
活動時間	平日	15:45~18:00	休日 AM or PM いずれも1回3時間以内
休養日	火、日		
主な活動予定	4月	練習、練習試合、東京選手権 (個人戦)	
	5月	練習、練習試合、東京選手権 (団体戦)	
	6月	練習、練習試合	
	7月	練習、練習試合、都立対抗戦 (団体戦)	
	8月	練習、練習試合、合宿	
	9月	練習、練習試合、新人選手権大会 (個人戦)	
	10月	練習、練習試合	
	11月	練習、練習試合、中高一貫大会、秋季大会	
	12月	練習、練習試合	
	1月	練習、練習試合、都立高選手権大会 (個人戦)	
	2月	練習、練習試合	
	3月	練習、練習試合、春季大会	
参加予定大会	東京選手権 (個人戦)、東京選手権 (団体戦)、都立対抗戦 (団体戦)、新人選手権大会 (個人戦)、都立選手権大会 (個人戦)、秋季大会、春季大会		
主な実績	H30年度	新人戦個人シングルス4回戦進出。	
	H29年度	特になし	
	H28年度	新人戦個人ダブルス5回戦進出。	