

テニス部活動報告

3年生の最後に大会が終わり、新チームが始動しました。

そして、7月24日から28日まで長野県へ合宿に行ってきました。高地での体力づくりから始まり、ドリルメニュー等を通した基礎力の向上、そして長野県の高校との練習試合を通して実践的な練習と充実した5日間を過ごすことができました。

夏の関東公立大会や秋の新人戦で結果に繋がれたらと思っています。



5面のハードコートを貸し切り、少人数で質の高い練習を実施しました。



早朝とコート練習終了後は体力づくりのランニングです。



新チーム始動直後の合宿で、個人の力とチームの力が高まりました。