

R4年度 4月 ソフトテニス部 練習計画

- * 感染予防の対策をしっかりと行いましょう。
- * 体調が悪いときは、無理をせず連絡をしてください。
- * 休日練習は、8時30分～11時00分とします。
- * 4月は **17:45 完全終了**。18時完全下校。

自宅でも体操・ストレッチ・体幹トレーニング
をやってみてね。
怪我の予防に効果があります。
なにもしないと変わらないよ🙇

日	曜	学校行事	午前 (朝練)	午後 (放課後)
1	金			
2	土			
3	日			
4	月			
5	火			
6	水			
7	木			
8	金			
9	土			
10	日			
11	月	部活動説明会のリハ。	×	○
12	火		×	○
13	水	学年朝会 部活動説明会・部活見学① ユニフォームを忘れずに。	×	○
14	木	自転車点検・生徒会	×	○
15	金	部活見学②	○	○
16	土		○	×

日	曜	学校行事	午前 (朝練)	午後 (放課後)
17	日	県北大会（個人戦） 東松山岩鼻運動公園 現地集合、解散 予備日5月4日（水）	△ 試合に出る選手のみ	
18	月		×	○
19	火	仮入部①	○	○
20	水	仮入部②	○	○
21	木	ハッピー愛語DAY	×	×
22	金	生徒朝会（安全・環境） 仮入部③	×	○
23	土	授業参観 部活あり（弁当）（2・3年のみ）	×	○
24	日		×	×
25	月	入部届提出・本入部	×	○
26	火		○	○
27	水		○	○
28	木	離任式 亜美先生が来る予定！！ 盛大に送り出せるよう、 準備を！	×	×
29	金	昭和の日（GWスタート）	○	×
30	土	試合に行く選手は、熊谷ドーム。現地集合、解散。 メンバー以外は学校で練習。	○	×

GWは5月1日～5月4日まで休み。
5月5日（木）は午前練習予定。

今年度から顧問も変わり、新たにスタートしますね。色々変わる部分もあると思いますが、よろしくお願いします。
大変なこともあるけど、一つ一つ乗り越えていきましょう。また、成長させるためには、努力が必要になります。
せっかく部活・テニスをするなら、自分が成長させられるほうが良いですね。
一緒に頑張りましょう。改めまして、1年間、よろしくお願いします。