

鳥取県立倉吉西高等学校ソフトテニス部年間活動計画

部員数	女子12名 男子14名 合計26名
顧問氏名	第1：西垣 航平 第2：齋尾 昌之 第3：朝倉 帆奈 外部指導者：富山 雅弘
活動日	月、火、木、金、土
休養日	水、日
活動時間	(平日) 月・火・木・金・・・3時間 (休日) 土・・・・・・・4時間 (8：30～12：30)
活動場所	テニスコート

活動目標	○生徒が主体的に取り組める部活動 ○部活動の充実を学校全体の活性化に役立たせる。
------	---

月	公式戦等	その他(練習試合、合宿等)	練習内容
4月	国体一次予選 県総体中部地区予選会	ルーセントカップ	県総体中部地区予選会 に向けての練習
5月	県高校総体		県総体に向けての練習
6月			基礎練習
7月	(中国大会)	米増杯	基礎練習
8月	(全国高校総体)	秋田・広富杯	新人戦地区予選に向け ての練習
9月	新人戦中部地区予選会	西島杯	県新人戦に向けての練 習
10月	県新人戦		県新人戦に向けての練 習
11月	(選抜インドア大会)		インドア大会に向けて の練習
12月	中部地区高校インドア大 会	中部地区インドア大会(一般)	基礎練習
1月	(中国大会)		基礎練習
2月			基礎練習
3月			基礎練習

備考
※雨天時、降雪時に体育館が使用できる場合は、体育館で練習します。体育館が使用できない場合は、屋内で体幹トレーニングなどを行います。
※3年次は、5月下旬～6月初旬に行われる高校総体(勝ち上がれば7月中旬の中国大会や8月上旬の全国大会)で引退となります。

