

OTARU CHORYO 女子庭球部

1 練習

● 夏

学校のテニスコートを使って基本的に週7で練習しています！

平日は16：00～18：30まで、休日は8：45～12：30まで活動しています

練習メニューは先生の球出しで基礎からさまざまなパターン練習をします

● 冬

テニスコートの使えない冬はトレーニングを中心に練習します

平日の練習は4日間あり、16：00～17：30までトレーニングをして筋力をつけ、夏に備えます

練習メニューは、ランニング、素振り、ラダー、筋トレ etc

休日は体育館が使える日に室内練習をします

2 成績

今年の新人戦では**男子、女子ともに団体で全道大会に出場!!!**

ほかにも女子はシングルスとダブルスでそれぞれ二組ずつ出場できました

女子庭球部は現在、二年生5名、一年生8名の**合計13名**で活動しています！

二年生も一年生も**仲がよく、楽しい**です！

テニスに興味がある！ 全道大会に出場したい！ 楽しく部活がしたい！という人は…

ぜひ潮陵高校に入学してこの女子庭球部に来てください～！

見学だけでもOKです！！**部員全員大歓迎**ですよ～

Come on!!!!!!

