

大田区立大森第三中学校 硬式テニス部（男女）

年間目標	・基礎体力とテニス技術の向上を図る。 ・バランスのとれた心身の成長を促す。 ・中体連の大会などで入賞を目指す。			
部員数 (令和5年4月現在)	3年 27人（男15人・女12人） 2年 4人（男1人・女3人） 1年 18人（男9人・女9人）			
活動日	月曜日、火曜日、木曜日、土曜日、（日曜日） ※大会等で変更する場合あり。			
活動時間	平日	16：00～18：30	休日	8：30～11：30
休養日	水曜日、金曜日、土曜日、（日曜日）			
主な活動予定	5月	・基礎練習、対人練習、体力トレーニング ※4月に都ブロック大会（個人の部）あり		
	6月	・都ブロック大会（団体の部） ・区選手権大会（団体の部） ・基礎練習、対人練習、体力トレーニング		
	7月	・基礎練習、対人練習、体力トレーニング		
	8月	・基礎練習、対人練習、体力トレーニング		
	9月	・基礎練習、対人練習、体力トレーニング		
	10月	・都新人大会 ・区新人大会 ・基礎練習、対人練習、体力トレーニング		
	11月	・基礎練習、対人練習、体力トレーニング		
	12月	・基礎練習、対人練習、体力トレーニング		
	1月	・基礎練習、対人練習、体力トレーニング		
	2月	・基礎練習、対人練習、体力トレーニング		
	3月	・基礎練習、対人練習、体力トレーニング		
参加予定大会	・都ブロック大会（個人・団体） ・都新人大会（個人・団体） ・区選手権大会（団体） ・区新人大会（団体）			

