

【コンセプト】

「部員それぞれが楽しみ、高め合い、試合で勝てる実力を身につける」

初心者から上級者まであらゆるレベルの人が楽しめて、足繁く行きたくなくなるような練習会、イベントを目指す。
初心者、初級者の練習会・イベントへの積極的な参加を促し、レベルアップ、試合経験の増加を目指す。
中級者、上級者は勝率アップを目指すとともに、初心者、初級者への積極的なアドバイスを行うことで、部員全員の団結力・レベルの向上を目指して、皆で勝つ！

- ・さまざまなショットを正確に打てるテニスを目指す。1球1球、意識して意味のある球を打つ。
(短時間で効率よく練習する必要あり。)
- ・都度目的を持って練習する。
- ・他場所や新人も気軽に入れるような雰囲気になりたい。(継続)

- ・昨年同様、各種試合(所内大会、全場所大会・七場所大会等の対外試合)で、今までより一層、
 - ・団体戦ではみんなお互いの試合を応援しあい、
 - ・個人戦ではお互いの試合を観戦しあい、全員で盛り上げていく。
- ・今年度は特に、全場所大会が予定されているため、そこでチームとしていい結果が出せるよう、全員で盛り上げていく。

【今年度コンセプト策定方針】

- ・昨年度コンセプト:チーム力の底上げを目指す！
- ・結果:男子職域大会A級3位、女子目立った戦績なし。
- ・昨年度反省と今年度コンセプト策定方針:
そもそもの原点に立ち返り、テニスを心から楽しめる環境を作り、そこで部員それぞれが高め合うことで、チームとしてレベルアップできるよう、上記コンセプトを設定した。

【練習会方針】

- ・全体 : 参加者が一緒に楽しめるよう練習メニューを工夫し、テニスを楽しめる雰囲気作りをする。また、何よりも練習会担当者が練習会を楽しむ。
- ・中上級者 : 実戦を意識した練習
- ・初心者初級者 : 基礎を固める練習
 - A・B・Cコート担当:岩田、清水、中野、高橋、齋藤、戸川、黄、田尻 計8名
 - C・Bコート担当:内山、濱崎、大浦、西、宮川、山口、金井 計7名
 - ※全員がBコートの担当をする
- ・ミスを減らす練習をする。
- ・実際の試合で使用するショットを多く練習し、練習のための練習にならないようにする。
- ・今年も、隔週で実施。(その分、練習会の質を向上させたい。(量より質))
隔週はフリー練となるが、初心者等がいた場合、
スタッフがフリー練にきた場合は、臨機応変に対応していく。
また、フリー練の日もCコートについては予約する。
- ・基本練習の時間は45分とし、レベル別練習は75分とする。
- ・基本練習(45分)は全員で球出し中心の反復練習を行い、基本を固めるとともに、
レベル間の交流を図る。特に上級者からアドバイスを積極的に行ってもらおう。
- ・18時参加の徹底

各レベルの目標は次の通り。

- ・初級者(Bコート):基本ショットの習得、安定。試合の形ができるようになる。
- ・中級者(Cコート):ダブルスのセオリーを実践できるようにする。(雁行陣、並行陣ともに)
- ・上級者(Aコート):部を代表する選手として、安定して勝てるテニスを目指す。

- 昨年度と同様、時期に応じたメニューの提示をする。
(ex.シングルス大会前は、シングルス練習を)

【練習会日程】

3月5日～12月3日の水曜日(休日・合宿直後を除く)

【練習会当日】

スタッフは、練習会参加伺いメールへの返信を徹底する。
雨天中止のアナウンスは3時までに行う。

【基礎練習会】

月に一回、基礎練習に重点を置いた練習会を行う。球出しを中心とした練習メニューを実施する。

- ・実施曜日:水曜(通常練習会以外の日)
- ・対象者:全員
- ・担当者:3名
- ・目的:基本フォームを固めることで基礎力を強化して安定したショットを打てるようにする。

以上