

令和4年度 東海地域ジュニア育成・強化合宿 内容予定

<2022 JTA伝達講習会>

12月10日 (土)			12月11日 (日)		
8:40	集合(受付)	宿舎会議室	7:30	朝食	全体で 朝食前に各自チェックアウト準備を済ませておく ミーティング
9:00	会議室 開始式 (挨拶)	合宿目的の説明 (本日分) 講習内容の説明	9:00	会議室	
10:00 予定	テニスコート (4面)	実技講習	10:00 予定	テニスコート (4面)	
<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p>テーマ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. グラウンドストロークのメカニズムと下半身の力発揮 ～ボールの質を上げていくための刺激を12歳から入れていく～</li> <li>2. 攻撃的な戦術パターンの実践トレーニング</li> <li>3. サービスのメカニズム(低年齢からのサービス強化)</li> </ol> </div>					
12:00	昼食	宿舎会議室	12:00	昼食	宿舎会議室
13:00	テニスコート (4面)	実技講習 *午前のおさらい	13:00	テニスコート (4面)	実技講習 *午前のおさらい
16:30	終了 宿舎移動	(本日分)	16:30	コート 閉会式	(2日間分) 講習のまとめ/挨拶
18:00	夕食				
19:00	講義	講習	17:00	解散	
22:00	就寝				

※使用コート 10日(土)：屋根付きコート4面(ハードコート)  
11日(日)：屋根付きコート4面(ハードコート)

※使用会議室 10日(土)・11日(日)：宿舎会議室

※参加選手への確認事項

1. 参加料は10日(土)受付で支払ってください。
2. 筆記用具も用意してください。