

春休み部活動練習計画

【女子ソフトテニス】部

項 目	内 容
練習時間	8 : 30 ~ 12 : 00
練習場所	有田中学校テニスコート
練習内容	ウォームアップ 球出し基礎練習 前衛練習 パターン練習 サーブ クールダウン
その他連絡	早寝！・早起き！！・朝ごはん！！