

《1月》練習計画

日	曜	学校行事	その他の行事	女子ソフトテニス部行事・練習場所&時間	選抜チームの動き	countdown		
1	水	元旦		①リフレッシュして日頃の疲れを癒そう。 ②家族の一員としてお手伝いして働く。 ③規則正しい生活を送ろう。 ④体力維持&向上のために動こう。暴飲暴食× ⑤冬課題が終わらないと良いスタートが切れません。 年明けすぐに地区選抜選考会です。 可能な限り体を動かし体力維持に努めましょう☆		西都児湯 夏中体連 まであと…		
2	木							
3	金							
4	土	週休日			完全OFF	147		
5	日	週休日		西コート	8:00~11:00(CDE)	146		
6	月	仕事始め		西コート	8:00~11:00(ABC)	145		
7	火	3学期始業日(13:30終了)		西コート	13:30~15:30	144		
8	水				RefreshDay	143		
9	木	実力テスト(全学年)		西コート	15:50~17:15	142		
10	金	実力テスト(全学年)		西コート	16:00~17:15	141		
11	土	週休日		地区選抜選考会@西コート	別途計画	選抜されたら… □承諾書の提出 □スケジュール確認 □練習参加必須! □	140	
12	日	週休日			OFF		139	
13	月	成人の日	市町村対抗駅伝	西コート	8:00~11:00(AB)		138	
14	火	⑥新入生説明会		西コート	15:50~17:15		137	
15	水				RefreshDay		136	
16	木	⑥専門委員会		西コート	15:50~17:15		135	
17	金	給食感謝集会		西コート	16:00~17:15		134	
18	土	週休日		西コート		ABCD練習会@西都原PM	133	
19	日	週休日			OFF		132	
20	月		教育相談週間	西コート	16:00~17:15		131	
21	火			西コート	15:50~17:15		130	
22	水	田園の里の日			RefreshDay		129	
23	木			西コート	15:50~17:15		128	
24	金			西コート	16:00~17:15		127	
25	土	週休日		西コート	8:00~11:00(ABC)	A全九州選抜大会@生目の杜 BCD練習会@西都原	126	
26	日	週休日			OFF	A全九州選抜大会@生目の杜	125	
27	月			西コート	16:00~17:15		124	
28	火	私立高校入試(3年生)		西コート	15:50~17:15		123	
29	水	私立高校入試(3年生)			RefreshDay		122	
30	木	中学部集会		西コート	15:50~17:15		121	
31	金			西コート	16:00~17:15		120	
1	土	週休日		西コート	8:00~11:00(ABC)	ABCD練習会@高鍋	119	
2	日	週休日			OFF	ABCD延岡ジュニア大会@延岡西階	118	
3	月			西コート	16:00~17:15		117	
4	火			西コート	15:50~17:15		116	
5	水	県立推薦入試(3年生)			RefreshDay		115	
6	木			西コート	15:50~17:15		114	
7	金			西コート	16:00~17:15		113	
8	土	週休日		西コート	8:00~11:00(ABC)		112	
9	日	週休日			OFF	ABCD練習会@高鍋	111	
10	月			西コート	16:00~17:15		110	
11	火	建国記念日			OFF	地区対抗団体戦@生目の杜	109	
12	水				RefreshDay		2/11の大会で 勝ち上がったら 3月に九州大会☆	108
13	木	⑤⑥立志式(2年生)/県立推薦内定日		西コート	15:50~17:15		109	

あけましておめでとうございます☆

今年もどうぞよろしくお願ひいたします!

年明け早々、大会がやってきます。

6月の地区中体連に向け、日々精進し、一日一日を大切に過ごしたいものです。

よりパワーアップした新田に進化できると

信じて、頑張っていきます☆叱咤激励お願いします☆

『団体・個人で県大会』

①コミュニケーション ②あいさつ ③積極性 ④あきらめない

⑤強さ ⑥全力で ⑦技術を高める ⑧応援 私たちは必ず達成できる☆

いい顔いい声いい動作

