

## 令和2年度 つくば国際大学東風高等学校硬式テニス部 活動紹介

硬式テニス部顧問 渡邊寛一／高木貴子

### 指導方針

「一蓮托生」

個人の人間性や技術の成長はもちろんのこと、個人種目だからこそ、チームメイトとともに喜び、悔しみ、時に悲しむことが大切だと考えています。練習や日常生活の中で、仲間意識を強くもち、小さな成功体験と達成感を得て、自己肯定感と他者信頼感を育む指導を心がけています。

### テニスコート

ハードコート3面

ナイター設備完備



### 練習時間

朝練習 7:30～8:30

通常練習 16:30～19:00 (月～金)

休日練習 9:00～12:30 又は 13:00～17:00 (土)

### 年間費用

令和元年度：ユニフォーム代 8,600 円

チーム T シャツ代 2,200 円

ウォームアップ代 20,300 円

計 31,100 円

### 年間活動報告

4月 関東大会県南地区予選・県予選

5月 全国総体県南地区予選・県予選

7月 夏季大会県南予選

8月 少年少女テニス選手権

9月 新人テニス大会個人県南予選・県予選

10月 新人テニス大会個人県南予選・県予選

12月 1年生大会個人・団体

2月 県南選手権

3月 つくばカップ

※練習試合・合同練習は県内外高校・クラブと年間約 25 回～35 回実施しています。

### 大会実績

平成 27 年度 つくばカップベスト 4

平成 28 年度 全国高校総体テニス県南予選

令和元年度 県南選手権大会女子シングルスベスト 8