

2024年度 強化合宿レポート(5月)

作成：梶野耕佑

■日時：2024年5月11日～12日

■場所：有明テニスの森公園

■参加者：

《強化選手》

今井悠翔、相原風城、金子碧斗、玉光隆弘、宮川楓雅、菰方里菜、宮川百合亜、鈴木梨子、杉本千明、中村希

《ユース選手》

山本大駕、山本蓮央、瀧澤悠貴、太尾霞、熊倉怜子、高橋明弓

《スタッフ》

松下哲也強化統括部長、伊藤貴文副部長、梶野千賀子事務局、国米健太コーチ、佐野村学トレーナー、梶規子トレーナー、伊久美礼子手話通訳、伊藤恵手話通訳

■5月11日(土) 9時～18時

- 9:00～10:00 ミーティング
- 10:15～10:45 トレーナー主導ウォーミングアップ
- 10:50～12:00 オンコート練習 早稲田大学
- 12:00～13:00 昼食・ミーティング
- 13:00～13:30 トレーナー主導ウォーミングアップ
- 13:30～16:30 オンコート練習 早稲田大学
- 16:30～17:00 クールダウン・挨拶・写真・解散
- 17:00～18:00 一部の選手、ミーティング

■5月12日(土) 9時～17時

- 8:30～ 9:00 集合・挨拶・写真
- 9:00～ 9:30 トレーナー主導ウォーミングアップ
- 9:30～12:00 オンコート練習 早稲田大学
- 12:00～13:00 昼食・ミーティング
- 13:00～13:30 トレーナー主導ウォーミングアップ
- 13:30～16:30 オンコート練習 早稲田大学
- 16:30～17:00 クールダウン・挨拶・写真・解散

《強化選手》早稲田大学とシングルス、ダブルス練習試合

《ユース選手》早稲田大学と練習・練習試合



JAPAN SPORT
COUNCIL
日本スポーツ振興センター
競技力向上事業