

54 期平日総合練習方法・日程・担当コーチ（修正版）

* 日程・・・2023年1月第3週～2023年12月第2週 毎週火曜日(10:00～11:30)

* 休止期間・・・12月第3週～1月第2週、8月及び各月第5週目

* 各コート・各週当番表

コート※	コーチング ディレクタ	第1週	第2週	第3週	第4週
4(6)	【サポーター】⇒	村田	中島	赤間(富)	前川
		赤間(希)	信川	玉川	◎ 鈴木(照)
		鈴木(直)	◎ 湯浅	夏目	小川(三)
3(7)	大重	山田	伴(眞)	平野(稔)	小出
2(8)	佐藤(豊)	◎ 竹内(芳)	久保田(明)	◎ 菅野(良)	☆ 井川
コーチ代替要員		梅本、稲岡			

※ () 内は4月～12月のコート番号 (◎:リーダー ☆:担当理事)

* コーチ強化練習・・・総合練習終了後(11:30～12:00) コーチのテニス及び球出し技術向上を目的とし、総合練習当番コーチが練習ドリルを紹介する。総合練習がない時は休止。

* 中止時の連絡・・・午前9時に担当理事が判断しリーダー、コーチングディレクターに連絡、リーダーはメンバーに連絡。

* 当番日に都合が悪くなったコーチングスタッフはリーダーに連絡すること。リーダーは担当理事に、担当理事はコーチングディレクターに連絡すること。

* 毎週火曜日のゲームについては、コーチ枠を設ける。これは総合練習休止期間も同様とする。但しコーチを含め全体人数が少ない場合は、担当理事の判断でコーチ枠を取り止める。

コーチングスタッフがコーチングスタッフ以外とゲームをしたいときは枠外で可能とするも行ったり来たりしないようにする。

* 練習方法・・・2022年から実施したコーチングディレクター・サポーターを設けたコーチングディレクター制を継続する。(以下の3クラスで実施)

- ① コーチングスタッフ及び対外試合参加者と参加予定者・・・・・・4(6)番コート
- ② 技術向上・維持目標者・・・・・・・・・・・・・・・・・・3(7)番コート
- ③ 基礎技術習得希望者・・・・・・・・・・・・・・・・・・2(8)番コート

* 2023年度年間練習スケジュールは各クラス共に次表の通りとし、コーチングディレクターはコート毎に目標を決めメニューを作成し、当日スタッフ及び会員に説明する。

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
ストローク	○	○							○			
ボレー、スマッシュ			○	○	○			休		○		
サーブ、リターン						○		止			○	
ゲーム							○					○

【担当:井川・赤間・平野・梅本】