

2019年4月22日

2019年度千葉県競技力向上推進本部助成事業

2019関東ジュニアテニス選手権に向けて  
白子強化合宿

開催要項

千葉県テニス協会ジュニア委員会  
強化部会

1. 日時 2019年6月15日(土)～16日(日)
2. 集合時間 15日 9:15集合 9:30開会式  
(16日からの参加選手は当日8:30までに受付)  
及び場所 使用コートが決定次第ホームページで発表します。  
(調整がぎりぎりまでかかる為、決定は直前になる可能性があります)
3. 場所 白子アポロコーステニスクラブ 砂入り人工芝コート(オムニコート) 予定  
長生郡白子町中里5357-1 TEL; 0475-33-4051
4. 宿泊 サニーインむかい TEL; 0475-33-2133
5. 参加者 関東ジュニア出場資格者(12歳以下～18歳以下 補欠1を含む)  
⇒ダブルスのみの参加資格者は6月16日(2日目)のみ参加可能。(ペアとの参加が義務)
6. 引率者 千葉県テニス協会ジュニア委員会 強化部会委員及びフィットネストレーナー
7. ヒットティングパートナー  
大学生等 男女各4～5名(千葉県出身OB、OGやブリヂストン契約選手)
8. 参加費 (参加費には全てジュニア基金200円を含んでいます)  
4,700円:  宿泊なし 初日15日のみの参加 昼食は各自用意  
5,350円:  宿泊なし 2日目16日のみの参加 昼食付  
9,850円:  宿泊なし 通いで両日参加 15日の昼食は各自用意  
17,200円:  宿泊あり 1泊2日3食付で両日参加。初日15日の昼食は各自用意  
\* 下記の口座に振り込む  
\* 振込人名は必ず選手名にして下さい。兄弟でまとめる場合は氏名に続けて「ホカ1」、クラブでまとめる場合はクラブ名に続けて人数を入れて下さい。[例-〇〇クラブ4]  
  
(大会によって口座の指定があります。お間違いのないようお願いします)
9. 申込方法 上記口座に参加料を振込んでから白子合宿参加意思確認書を、5月13日(月)15:00必着、郵送、またはFAXして下さい。  
<郵送> 〒270-1424 白井市堀込 1-1-19 一越ビル3F  
<FAX> 047-497-8431  
**\*参加しない選手は、参加意思確認書に理由を記入の上、申込期日までに郵送またはFAXして下さい。**
10. 主な内容
  - ・ 1人4～6マッチ  
(試合はノーアド3セットマッチ-ファイナルタイブレーク方式)
  - ・ 初日はシングルスのみ。2日目はシングルス、ダブルスを実施。
  - ・ 初日夜にミーティングを実施  
(マッチの感想、先輩のアドバイス、試合前の準備について)

## ースケジュールー

### 6/15(土)

9:15	集合 受付
9:30	開会式 諸注意 準備体操
10:00	練習マッチ開始 各試合 2タイブレークセットマッチ ノーアドバンテージ 1セットALL タイブレーク決戦方式  交代で昼食をとる
17:00	練習マッチ終了 終了後 オンコートトレーニング、ストレッチ 各自宿舎に帰り入浴
18:45	夕食 時間厳守。食事の準備をみんなでしましょう!
20:00	ミーティング 筆記用具を忘れずに!
21:00	ミーティング終了
22:30	消灯 就寝

### 6/16(日)

6:00	起床
6:30	体操 ビーチラン (浜辺で)
7:30	朝食
8:45	コート集合 時間までは練習可能。準備体操及びストレッチを各自完了させること。 ダブルスのみの参加者は8:30までに受付を済ませること。
9:00	マッチ練習開始 最初にダブルス中心でスタート。その後シングルスと混合で
12:00~	交代で昼食をとる
13:00	マッチ練習継続
16:30	マッチ練習終了 トレーニング及び整理体操
17:00	終了式 解散 終了後ホテルでシャワーを浴びることが可能(但し有料)