# 三菱電機ファルコンズ・あきやま病院「長崎テニスクリニック」
## ～国体強化合同練習会スケジュール～

| 8月31日（土） | | 指導 |
|---|---|---|
| １２：００　～　１３：００ | コート準備・昼食 | 東口<br>山髙 |
| １３：００　～　１３：４５ | 挨拶・ウォーミングアップ | 堀田トレ |
| １３：５０　～　１５：００ | 基本練習 | 廣田主将 |
| | トレーニング：長崎２０人<br>強化練習：長崎２０人 | 堀田トレ<br>豆谷総監督 |
| １５：０５　～　１６：１５ | ダブルス練習 | 長谷川監督 |
| | トレーニング：長崎２０人<br>強化練習：長崎２０人 | 堀田トレ<br>豆谷総監督 |
| １６：２０　～　１７：２０ | トレーニング | 堀田トレ |

| 9月1日（日） | | 指導 |
|---|---|---|
| ８：４０　～　９：１０ | ウォーミングアップ | 堀田トレ |
| ９：１０　～　９：４０ | 基本練習 | 廣田主将 |
| ９：４５　～　１１：５０ | マッチ練習：６面使用<br>ファルコンズ５人＋あきやま病院１人<br>＋長崎８人 | 長谷川監督 |
| ９：４５　～　１０：４５ | 練習：高校生２０人<br>トレーニング：中学生１６人 | 豆谷総監督<br>堀田トレ |
| １０：５０　～　１１：５０ | プロ座学：長崎４０人 | 川上プロ |
| １２：００　～　１３：００ | 昼休憩 | |
| １３：００　～　１５：５０ | クリニック：ファルコンズ<br>＋長崎１４人 | 廣田主将 |
| １３：００　～　１４：００<br>１４：１０　～　１５：１０ | トレーニング：長崎Ａ１５人<br>：長崎Ｂ１５人 | 堀田トレ |
| １５：１０　～１５：４０ | 質疑応答 | 堀田トレ |