



硬式テニス部 1月号



「コートに立てない今だからこそできることを」

1月7日に発令された緊急事態宣言に伴い、都立学校の部活動は活動をストップ。再開時期も未定で、勝ち残っていた大会も当面延期が決まり、我慢の1月となりました。

「コートに立てない今だからこそできることを」をテーマに、外部指導員の協力の下、定期的なオンライントレーニングが始まりました。10月に実施したフィジカルチェックで弱かった部位を中心に、鍛えています！ムキムキになってコートで再会できることを楽しみにそれぞれが頑張っています♪



←部員がオンラインで繋がり、それぞれの場所で同じトレーニングを行っています！