

# 卓球部

## 【活動方針】

初心者・経験者・男女を問わず、卓球が好きな人、これからやってみたい人を募集しています。  
「文武両道」の目標を胸に、日々技術と心身の向上を目指して練習しています。

## 【主な活動（練習）内容】

体操・サーブ・レシーブ・フォア・バックなど練習を行ったあと、ゲーム練習を行います。

## 【活動日】

月・火・水・金・土（大会や都合により活動日を（木）、（日）で代替える場合もあります。）

【活動時間（平日）】 夏季 16：00～18：00 頃 冬季 16：00～18：00

【活動時間（休日）】 午前実施 9：00～12：00 午後実施 13：30～16：30

## 【主な活動予定】

- 5月 9ブロック選手権大会
  - 7月 9ブロック選手権大会、都大会
  - 10月 9ブロック新人大会
  - 12月 都大会
  - 1月 9ブロック新人大会、多摩地区新人大会
- ※その他、非公式戦や一中部内リーグが複数あります

【安全指導・配慮等について】 外部指導員の方の指導のもと、練習を行います。

