

1 3月22日(土) 日程

◇男子

8:00	開館 →準備
8:30 ~ 9:00	練習
9:00 ~ 9:15	開会式
9:20 ~ 11:00	講習①
11:00 ~ 12:00	試合①
12:00 ~ 12:40	昼休憩
12:40 ~ 12:55	練習
13:00 ~ 16:00	試合②
16:00 ~ 16:15	会場整備
16:15	閉会式 →解散

◇女子

8:00	開館 →準備
8:30 ~ 9:00	練習
9:00 ~ 9:15	開会式
9:20 ~ 10:30	講習①(A講習, B練習)
10:50 ~ 12:00	講習②(A練習, B講習)
12:00 ~ 12:40	昼休憩
12:40 ~ 12:55	練習
13:00 ~ 14:00	講習③(AB講習)
14:00 ~ 16:00	試合
16:00 ~ 16:15	会場整備
16:15	閉会式 →解散

※ 講習および試合は指定されたグループ・コートで行います。

※ 《15》～《17》を大学生男子との試合に使う。リーグ戦より優先して試合をする。

※ 《18》～《20》を大学生女子との試合に使う。リーグ戦より優先して試合をする。

※ 女子の講習は以下のようにグループごとに行う

	Aグループ	Bグループ
講習①	講習	練習
講習②	練習	講習
講習③	講習	

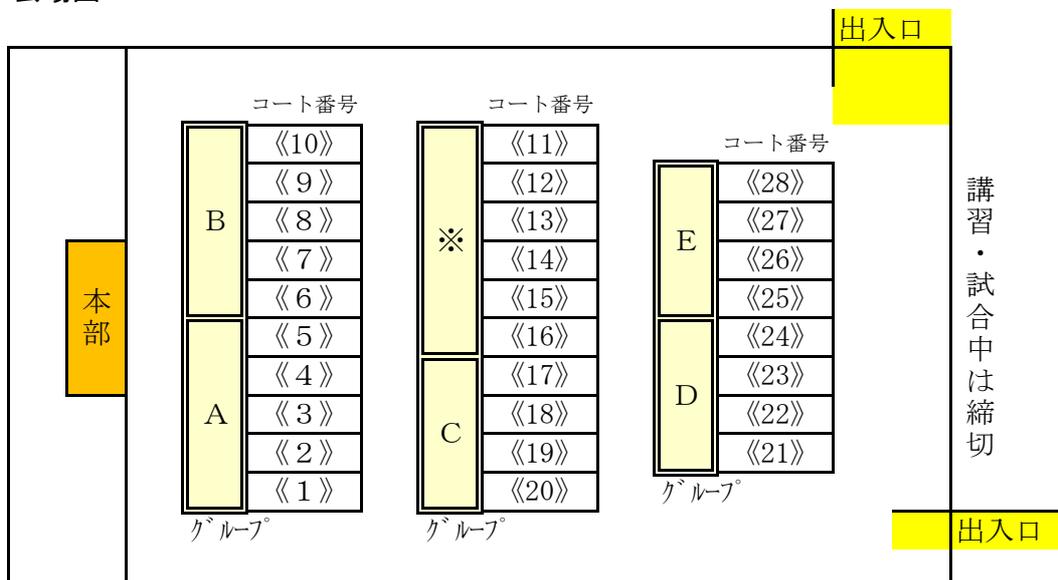
2 心得

- (1) 時間厳守！挨拶の励行！
- (2) 行動は素早く、機敏に！
- (3) 目的意識を持って、集中して講習・練習に取り組む。
- (4) 元気よく、気迫あふれる態度で練習に取り組む。
- (5) 必要なことはメモをとり、向上心を忘れない。

3 その他

- (1) 撮影動画等SNSへの公開は他校選手の肖像権の関係でトラブルになる可能性があります。許可なく公開をしないでください。

■ 会場図



女子 1 部

グループ	氏名	学校	コート
A	滝沢 優空②	中野西	1 ~ 5
	阿部 来春①	中野西	
	児玉愛奈美①	中野西	
	宮崎 真桜①	長野俊英	
	新海 奏②	野沢北	
	美濃 七星②	野沢北	
	井出 晴天②	野沢北	
	春原 菜奈②	上田千曲	

グループ	氏名	学校	コート
B	大塚 玲奈②	飯山	6 ~ 10
	本山 栞菜②	飯山	
	山岸 彩乃①	中野西	
	三浦 朝葉②	上田	
	片山 舞衣①	上田東	
	長崎 輝優①	小海	
	小林 奈央②	上田	
	竹内 心乃②	上田千曲	
	本道 涼心②	上田千曲	

男子 1 部

グループ	氏名	学校	コート
C	今村 諒①	長野工業	17 ~ 20
	小林 大翔②	長野工業	
	伊藤 大輝②	長野吉田	
	岡部 梨音②	長野工業	
	山上 岳敏①	長野工業	
	山田 大耀①	上田	
	吉澤 知希①	小諸商業	
	滝脇 煌平②	上田	

グループ	氏名	学校	コート
E	下田 航大②	長野工業	21 ~ 24
	松永 拓夢②	飯山	
	小池 勇希②	長野吉田	
	富澤 海翔①	長野工業	
	若本 大輝②	長野工業	
	小林佑二郎①	佐久長聖	
	高柳 瀧斐②	佐久平	
	白田 怜生①	小諸商業	

F	小柳 将護①	長野工業	25 ~ 28
	荒井 奏和②	長野吉田	
	中澤 空夢①	長野	
	春日 暖翔①	長野工業	
	清水 健太①	長野吉田	
	中村 慶②	野沢南	
	大塚 宥輝①	野沢北	
	相川 慶仁①	野沢北	