

年間の活動計画

東京都立竹台高等学校 女子バレーボール部

年間目標	大会に出て1勝する。			
部員数 (平成30年6月現在)	8名(男子0名、女子8名)			
活動日	【平日】水、金曜日 【週休日】 土曜日			
活動時間	平日	15:30~18:00	休日	9:00~12:00
休養日	【平日】 月、火、木曜日 【週休日】 日曜日			
主な活動予定	4月	基礎練習(レシーブ、トス) 基礎体力向上練習		
	5月	基礎練習(連携攻撃) 基礎体力向上練習		
	6月	基礎練習、インターハイ予選		
	7月	基礎練習(レシーブ、トス、サーブ)		
	8月	基礎練習、全国大会(春高バレー) 東京予選		
	9月	基礎練習		
	10月	基礎練習		
	11月	基礎練習 筋力トレーニング		
	12月	基礎練習 筋力トレーニング		
	1月	基礎練習 筋力トレーニング		
	2月	基礎練習		
	3月	基礎練習		
参加予定大会	全国大会(春高バレー) 東京予選 インターハイ予選			
主な実績	29年度			
	28年度			
	27年度			