

インドア合同練習会

1. 日時 11月27日(土) 13時～17時(体育館予約時間)

- ① 12時40分 集合
- ② 12時40分～ 準備(用具運び・ボールの空気調整など)
- ③ 12時55分～ 体育館準備(用具移動、ネット、フェンスなど)
- ④ 13時05分～ 準備運動、合同練習、
- ⑤ 13時10分～ 1本打ち
- ⑥ 13時50分～ 後衛練習
- ⑦ 14時15分～ 前衛練習
- ⑧ 14時35分～ ストレートサービス
- ⑨ 15時00～ 練習試合
- ⑩ 16時50分～ 片付け 集合
- ⑪ 17時10分頃 解散予定

2. 会場 鳥屋野総合体育館 1面

3. 持ち物 ラケット、うち履き、参加費、水分、タオル、寒さ対応、その他必要な物

4. 服装 体育着、ブレーカー等(ユニフォームは任意)

5. 内容 合同基礎練習&練習試合

7. 参加費 一人400円

会員300円(クラウドファンディングより補助)

8. その他

①コロナ対応

参加メンバーのリストを現地で作成します。(体調管理と連絡先を。)

保護者の見学可能(観覧席をご活用ください。その際は名簿リストに記名ください。)

練習時以外はマスクを着用(可能な限り不織布マスクが理想。)

手の消毒等を心がけましょう。

②緊急時または、けが等の対応をお願いします。

当日、その場に引率責任者がいる。

または、参加選手は対応していただける大人の方の連絡先を確認してください。

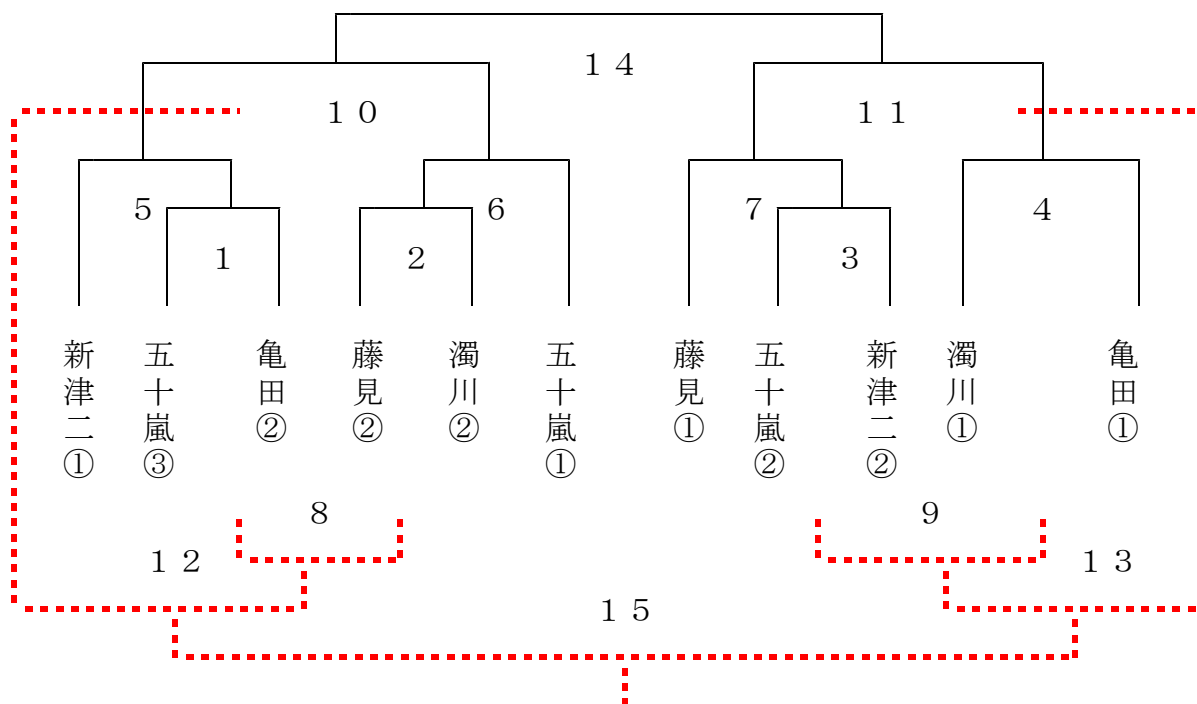
(必要な場合は、スマホ等の持参可能ですが、練習中は使用不可、マナーモードでカバン等に片付け、しまっておいてください。なお、落としたり、壊れたり、なくしても、対応は一切いたしません。自己管理、自己責任でお願いします。)

●後半の試合

乱打なし 5 ゲーム ダブルゲーム (2 試合同時) セルフジャッジ

(5 ゲーム目も 4 点、アドバンテージあり 5 ゲーム)

ただし、時間になったら終了です。(頑張れば 1 2 試合行いたい?)



2 試合同時 (ダブルゲーム) の進行 補足

1 サーバーはボールを 2 個持って、サーブをする場所へ移動。(ボールを持って移動するように)

(4 人でボールを拾いましょう)(ただし、試合の邪魔になる場合は、その限りではない)

2 サーバーは大きな声でカウントなどのコール。(ペアの選手に確認してからコールすると安心。)

3 コール後はすぐサーブ (レッツプレー)

→できるだけ、コール後「ボールをついたり」「屈伸したり」不要な動きはひかえましょう。

4 フォールト、アウトなどは、サインで伝えてください。

明らかにアウトでなければ「イン」(悩むような場合は、「イン」とします。)

手が上がらない場合は「イン」とします。

※他の選手も判定に協力してください。

(パートナーやコートの中真ん中にいた前衛は、ボールをしっかりと見ましょう。)

5 カウントのミスも減らしましょう。みんなで確認しながら試合しましょう。

※しっかり審判 (ジャッジ) し、進行に協力お願いします。