

バドミントン部 (中学)

部員数

	男子	女子	計
3年	5	4	9
2年	7	6	13
1年	8	3	11
計	20	13	33

活動時間

曜日	月	火	水	木	金
場所	中練	OFF	中練	中練	外練
時間	～18:00		～17:30	～18:00	～17:30

練習内容

- ランニング, 筋トレ
- ノック, 素振り, フットワーク
- 基礎打ち(スマッシュ, クリア, ネット, ドライブ等)
- 試合形式の練習

