

1 心構えについて

(1) 行動

- 10分前行動を心がけ、常に迅速に行動すること。
- 選手は地区代表、大会代表、推薦選手として恥ずかしくない行動をとること。
- 周囲の人に気を配り、荷物等で迷惑をかけないように配慮すること。
- 公共の場において、むやみやたらと座り込まないこと。

(2) 言葉遣い

- 言葉遣いに注意し、周りの人に不快感を与えないようすること。
- 相手に伝わるような挨拶を励行すること。

(3) 服装

- 日本代表を目指す選手として、ふさわしい服装を着用すること。
- スリッパでの移動は禁止する。

(4) 清掃

- ホテル室内、テニスコートでは清掃に励み、整備された環境の中で合宿を行うこと。

2 生活について

(1) 健康管理

- 健康管理には十分気をつけること。(うがいと手洗いの励行を心がけること)
- 睡眠、食事は十分にとり、発汗時の着替えも適宜行うこと。
- 同宿者等の健康管理にも配慮した行動をとること。
- 体調不良に陥った場合は、速やかに指導者に申し出ること。(特に急な発熱)

(2) 朝食

- 6:45開始とするが、会場の準備ができ次第、朝食をとってよい。
- 朝食後、迅速に行動し、バスの出発に遅れないようにすること。

(3) 昼食

- 昼食用弁当は指示された場所へ各カテゴリー選手代表が取りに行くこと。
- 昼食後のゴミは指定された場所に運ぶこと。

(4) 夕食

- 18:30開始とするが、会場の準備ができ次第、夕食をとってよい。
- 夕食後、各種プログラムで会場を使用するので、定められた時間内に夕食をとるようにすること。

(5) 貴重品

- 貴重品の管理はホテルフロント等を利用し、各自で行うこと。

(6) ゼッケン(ビブス)

- テニスコート・宿舎内等、活動の際(食事も含む)は必ずゼッケンを着用すること。
- むやみに汚すことのないようにすること。

(7) 散歩・体操

- 指導者の指示に従い、遅れずに行動すること。

(8) その他

- ホテル室内での個人的支出(電話等)は、チェックアウト時に各自で清算すること。

3 バス移動について

(1) テニスコート、ホテル間の移動

- 下記のバスに乗車すること。

1号車:U-14男子、2号車:U-14女子、3号車:U-17男子、4号車:U-17女子

(2) (1)以外の移動

- テニスコート、ホテル間以外の移動時(空港や駅からテニスコート等)乗車バスについては別途連絡する。

4 練習について

(1) 使用コート(変更になることもある)

	第Iクール(11/22PM)	第IIクール(11/23 PM)	第IIIクール(11/24 PM)	第IVクール(11/25AM)
U-14男子	1~4コート(生目の杜)	1~4コート(生目の杜)	1~4コート(生目の杜)	1~4コート(生目の杜)
U-14女子	5~8コート(生目の杜)	5~8コート(生目の杜)	5~8コート(生目の杜)	5~8コート(生目の杜)
U-17男子	9~12コート(生目の杜)	9~12コート(生目の杜)	9~12コート(生目の杜)	9~12コート(生目の杜)
U-17女子	13~16コート(生目の杜)	13~16コート(生目の杜)	13~16コート(生目の杜)	13~16コート(生目の杜)

(2) 体力テスト

- シャトルスタミナ は第1日(11/22)16:20から行う。リズムステップ、両足ジャンプは第2日目(11/23)16:30から行う。いずれも全カテゴリーとも一斉実施する。

(3) 50m走計測

	男子	女子
U-14	25日 9:00~	25日 9:20~
U-17	25日 9:40~	25日 10:00~

5 ジュニアジャパンカップ大会について

(1) ペア

- 11/22(金)プログラム I の最後に抽選を実施し、ペアを決める。
- 11/23(土)にペアの発表を行う。

(2) 進行

- 進行表に従い実施する。進行表は別途配布する。
- 11/23(土)は全カテゴリーシングルス予選リーグ(5ゲームマッチ)と決勝トーナメント(7ゲームマッチ)を行う。
- 11/24(日)は全カテゴリーダブルス予選リーグ(7ゲームマッチ)と決勝トーナメント(7ゲームマッチ)を行う。

6 開講式について

- 開講式 11/22(金) 14:00 於:生目の杜運動公園体育館
挨拶、スタッフ紹介、諸連絡

7 ホテルでのプログラムについて

- (1) プログラムⅠ 11/22(金) 19:45
- オリエンテーション Step-4、ジュニアジャパンカップ全体計画の説明
 - ペア抽選
 - 講義

- (2) プログラムⅡ 11/23(土) 20:00
- 講義 カテゴリー別ミーティング

- (3) プログラムⅢ 11/24(日) 20:00
- カテゴリー別ミーティング

- (4) カテゴリー別ミーティング(場所は別途指示)

11月22日(金)	20:40	○ Under-14(男女)、Under-17(男女)
11月23日(土)	21:00	○ Under-14(男女)、Under-17(男女)
11月24日(日)	21:00	○ Under-14(男女)、Under-17(男女)

8 その他

- (1) 緊急時の連絡(日本連盟役員) 090-3706-1396 井上