



らんらんテニスレッスン

—初心者、初級者対象—

テニスにチャレンジしてみませんか？

初めてラケットを持った方でも、ちょっと練習すればボールを打ち返せるようになります。

テニスをもっと楽しめるように、練習しましょう。

記

日時 3月13日(水) 4月11日(木) 5月15日(水) 6月17日(月) 7月18日(木)

9月12日(木) 10月30日(水) 11月13日(水) 初心者大会

10:00～11:30(90分) (初心者大会は9:30～14:00予定)

場所 西部緑地公園テニスコート

参加費 1回 500円

女子連会員以外の参加
大歓迎♪

対象 ◎ 初めてテニスをする方

◎ 学生の頃テニスをしていて、また始めたい方

◎ テニス初級の方(まだ試合に出るには自信のない方)

レッスン内容 Play&Stayを取り入れた大人のためのレッスン

コーチ 山口 香 和田 美樹

(公財)日本体育協会公認スポーツ指導者テニス指導員

持ち物 運動靴(スパイクが付いたものは不可)

ラケット(貸出ラケットあります)

運動しやすい服装

申し込み先 開催日の1週間前までに下記の電話またはメールにてお申し込みください

担当者 杉岡 智子 和田 美樹

携帯番号 090-5175-2036 杉岡 智子

興味のある方は
一度お問い合わせ下さい

アドレス tomoko-kota.s.@docomo.ne.jp

1回でも複数回でも参加できます。一度遊びに来ませんか。

レッスンの有無はJLTF石川県支部HPの「雨天連絡携帯サイト」でご確認お願いいたします。

傷害保険には入っておりませんので、怪我のないよう自己管理をお願いいたします。