



⑧-2

平成30年度
JLTF石川県支部
支部長 宮本 典子
普及委員会

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	5月16日(水) 6月6日(水) 7月17日(火)(予備日18日) 9月20日(木) 10月3日(水) 11月6日(火)初級者大会 10:00～11:30(90分) (初級者大会は9:30～15:00予定)
場所	西部緑地テニスコート
参加費	1回 500円
対象	☺ 初めてテニスをする方 ☺ 昔、少しだけテニスをしていて、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	山口 香 和田 美樹
携帯番号	080-1952-5297 和田 美樹
アドレス	nikkori-smile.a.y@docomo.ne.jp



1回でも複数回でも参加できます。一度遊びにきませんか？

雨天の場合は中止になる場合があります。中止の時は朝8時ごろに電話連絡いたします。
傷害保険には入っておりませんので、怪我のないよう各自で自己管理をお願いいたします。