



集合スナップ・お疲れ様でした

5 月度テニス練習会報告・6 月度案内

開催日時：2019年5月12日（第2日曜日）AM10:00～12:00

開催場所：東宝調布テニスクラブ NO15. 16コート

参加人数：参加者14名（大人8名 子供6名）（他に保護者5名）

活動報告：今回も天候に恵まれ、新規入会子供会員2名（コスモ）を含む14名の参加者で
後半1時間はコート2面が使用可能でゲームも充実した練習会となりました

* 練習内容（B・G・M・・・モーツァルトほか）

- (1) 準備体操 ランニング 正しいラジオ体操 ストレッチほか
- (2) 基礎練習 素振り（フォア バック サーブ）
- (3) 実戦練習 ・ショートラリー
・ゲーム形式（子供・大人別ペアチーム総当たり戦）
- (4) 整理体操等 ・各自 ・コート整備

【会員・コーチからの一言！】（感想、意見、連絡・・・）

準備体操からの練習に遅刻しないよう心掛けてください（5分前精神）

なお今年度、未登録（未更新）の方は申込書（会費）のご提出をお忘れなくお願いします

【連絡表】必ず返信のこと（メール・電話可）・・・締切日：2019/6/2（日）

電話：090-4092-8046（平山テニス部長）

mail：tennis.ml@chofu-nihonmatsu.com

練習日 6/9(第2日曜) AM10:00～12:00	出 ・ 欠 参加者氏名：
予備日 6/23(第4日曜) AM10:00～12:00	出 ・ 欠

・ご意見、等ありましたらご記入ください

二本松自治会テニス部