



集合スナップ（中央が新入会員の篠原さん）

“25・3月度テニス部だより”

日 時 : 2025年3月9日（第2日曜日）AM10:00～12:00

場 所 : 東宝調布テニスクラブ No.15、16コート

参加者 : 7名（大人6名 子供1名）

本年度第8回目のテニス練習会・打ち納は、早朝までの降雪の空模様もスタート頃には快晴になり絶好のテニス日和。少数7名でしたが同好の士の参加（新入会員篠原さん）でゲーム中心で大いに楽しむことができました。次回また大勢の参加をお待ちしております

* 練習内容

- （1）準備体操 ラジオ体操（動的ストレッチ）ストレッチ ランニングほか
- （2）基礎練習 素振り（フォア バック サーブ）
- （3）実戦練習 サーブ、レシーブ・ショート
- （4）ゲーム形式 混合W総当たり戦
- （5）整理体操 各自

会員・コーチからの一言！（感想、意見、連絡・・・）

・4月の練習日は13日（第2日曜日、予備第4日曜）です、会員継続手続き（別添）をお忘れなく

～前年を反省し、新しい目標にチャレンジしましょう！

二本松自治会テニス部

mail: tennis.gr@chofu-nihonmatsu.com

世話人 竹見 平山 090-4092-8046

二本松自治会テニス部入会（新規・継続）申込書

私は本申込書を提出し、会費を添えて二本松自治会テニス部会に入会を申し込みます。

申込日 2025 年 月 日

ふりがな		ふりがな	
氏 名	印	* 保 護 者	印
生年月日	昭和 ・ 平成 年 月 日生	性別	男 ・ 女
ふりがな	〒182 -		
住 所	調布市		
	マンションの方はマンション名 (号室)		
TEL	042 - -	携帯TEL	() -
FAX	042 - -	携帯メール アドレス	@
パソコン携帯 アドレス	@	希望連絡方 法(○囲む)	P C ・ 携帯メール ・他()
目標・目的			
* 反 省(継続の方)			
*年会費	大会員（高校生以上）	2, 000円	(納金 月 日)
	子供会員（中学生以下で未就学を除く）	1, 000円	
*受付期間	原則 4月～5月とします		
*会員1名ごとに申込書(自筆)を提出してください。			
*高校生以下は保護者の承諾印を得てください。(小学生以下は同伴をお願いします)			
*記入して頂いた個人情報はテニス部会のみで使用します。			
二本松自治会 テニス部			