

岡崎ソフトテニス協会 レディース教室のご案内

ソフトテニスをもっと楽しみたい方、久しぶりにラケットを握る方、基礎からしっかり学びたい方、試合で成績を残したい方まで、どなたでも大歓迎のレディース教室です。

対象

- ソフトテニス経験の有無は問いません。 岡崎市内外どなたでも参加できます。

練習日

- 毎週金曜日の 9 時から 13 時の 4 時間

場所

- 岡崎中央公園テニスコート

内容

- ウォーミングアップ
- 基本フォーム（ストローク・ボレー・サーブ）
- ゲーム形式の練習
- 個別アドバイス

※参加者のレベルに合わせて丁寧に指導します

持ち物

- ラケット（お持ちでない方は貸出可）
- 運動できる服装（靴はテニスシューズでお願いします）
- 飲み物・タオル・帽子など

参加費

- 4か月 10,000円（年3期：4月～7月、8月～11月、12月～3月）

申込方法

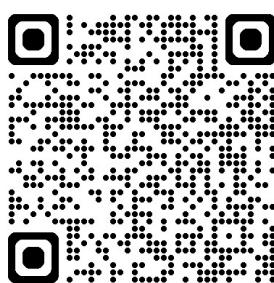
✉ メール：sasaki_ayumi@okasofttennis.info

📞 電話：佐々木 080-5102-5492

主催

岡崎ソフトテニス協会

地域の皆さんと一緒に、楽しく健康づくりを応援しています。



<http://okasofttennis.info/>

