

🌸 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をお願いします）
- 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



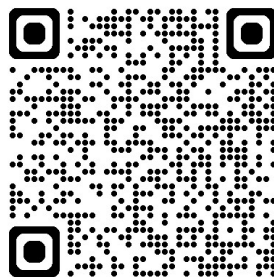
主催

岡崎ソフトテニス協会

地域の皆さまと一緒に、楽しく健康づくりを応援しています。



お待ちしております。まずはお試しから。



<http://okasofttennis.info/>

