



9月期 テニス練習会報告

平成 27 年度 第 4 回となります「テニス練習会」の報告です

【開催日時】 9月27日（第4日曜日）PM2：00～4：00

【開催場所】 東宝調布テニスクラブ NO15コート

【報 告】

新規入部者 北川早苗さん（GSハイム）

参加者 15名(上記集合スナップ)

夏休み（7～8月）明け最初の練習は9月第4日変更しての開催となりました

【練習内容】

- （1）準備体操、ランニング、ラジオ体操、ストレッチ
- （2）基礎練習 素振りサーブ、レシーブ、ボレー
- （3）実戦練習 ゲーム形式（男女混合ペアチーム戦他）

【今後の予定】

10月～12月・3月（残り5回いずれも第3日曜日、予備日は第4日曜日）

*欠席予定の連絡は早めに幹事（平山、朱）まで

以上