



集合スナップ・お疲れ様でした



大人ペアのゲーム始める（記念の第一試合）

# 10 月度テニス練習会報告・11 月度連絡

開催日時：平成29年10月 8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コート（ハード）

参加人数：参加者15名

活動報告：秋晴れの好天に恵まれて、絶好のテニスシーズン。運動会とかち合った家族もあり、15名での練習会となりました

### \* 練習内容

- (1) 準備体操 ランニング 正しいラジオ体操 ストレッチ
- (2) 基礎練習 素振り（フォア バック サーブ）ラリー
- (3) 実戦練習 ゲーム形式（大人・子供別チーム総当たり戦）

## 会員・コーチからの一言！（感想、意見、連絡・・・）

今回は集合時間に遅れた人が多数！ これからは**受付10分前**、コート5分前で行きましょう！  
来る11月12日（日）は**自治会の多摩川クリーン作戦**です練習前、奮ってご参加のほど！

**次回11月も絶好のテニスシーズン！青空の下、大いにテニス楽しみましょう！**

ご参加の程、どうぞよろしく  
なお出欠は下記連絡表でお願いします

\*\*\*\*\*

【連絡表】 **必ず返信のこと（電話可・メール）・・・締切 11/2（木）**

電話：090-4092-8046（平山テニス部長）

mail：tennis.ml@chofu-nihonmatsu.com

・ 会員名 \_\_\_\_\_

ご意見等、通信欄：

練習日	
11/12（第2日曜）	出・欠
AM 10:00～12:00	
予備日	
11/26（第4日曜）	出・欠
AM 10:00～12:00	

・ 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