



集合スナップ・お疲れ様でした



子供ペアのゲーム始める

# 11月度テニス練習会報告・12月度連絡

開催日時：平成29年11月12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12名

活動報告：少々木枯らしありの小春日和の好天に恵まれて、絶好のテニス日和のなか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） ショート・ロングラリー
- (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・・・）

来る12月10日（日）は今年最後ですので練習後に反省会をクラブレストランで開催予定  
奮ってご参加のほど！（会食費用は各自負担でお願いします）

平成30年1月・2月はオフ（休会）となり、3月から新たなスタートとなります

心機一転目標を持ち、大いにテニス楽しみましょう！

ご参加のほどどうぞよろしく（更新手続きも予定）  
なお出欠は下記連絡表で、反省会出欠も合わせお願いします

\*\*\*\*\*

【連絡表】必ず返信のこと（電話可・メール）・・・締切 12/3（日）

電話：090-4092-8046（平山テニス部長）

mail：tennis.ml@chofu-nihonmatsu.com

・会員名 \_\_\_\_\_

練習日	
12/10（第2日曜）	出・欠
AM 10:00～12:00	（反省会） 出・欠
予備日	
12/24（第4日曜）	出・欠
AM 10:00～12:00	

ご意見等、通信欄

・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