



集合スナップ（ソーシャルD意識して）

‘21年4月度テニス部だより

開催日時：2021年4月11日（第2日曜日）AM10:00～12:00

開催場所：東宝調布テニスクラブ No.15、16コート、

参加人数：参加者18名（大人13名、子供5名）

活動報告：新緑の薫なか絶好のテニス日和、総勢18名の参加で新年度のテニス練習がスタートしました。今年度も大勢の老若男女の参加でコロナに負けず楽しく参りましょう。

* 練習内容（BGM：モーツァルト）

- (1) 準備体操 ランニング ラジオ体操 ストレッチほか
- (2) 基礎練習 素振り（フォア バック サーブ）
- (3) 実戦練習 ショートラリー・サーブ、レシーブ
- (4) ゲーム形式
- (5) 整理体操 各自

会員・コーチからの一言！（感想、意見、連絡・・・）

- ・健康管理のため：運動不足解消のため・・・等目標・目的が大勢いました（健全な精神は・・・）
- ・次回5月は9日2面で開催予定です
- ・新型コロナ感染防止対策の徹底（3密回避・手洗い・うがい・マスク・ソーシャルディスタンス）
励行でまいりましょう

・Mailアドレス： tennis.gr@chofu-nihonmatsu.com 変更しました

【連絡表】必ず返信のこと（メール・電話可）・・・ 締切 2021/5/2（日）

電話：090-4092-8046（世話人：平山）

Mail：tennis.gr@chofu-nihonmatsu.com（新）

次回練習日	出 ・ 欠
5/9（第2日曜日）	参加者氏名：
10:00～12:00	
予備日 5/23（第4日曜日）	出 ・ 欠

・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