

“21年10月度テニス部だより”



集合スナップ（コロナ対策は引き続き）

開催日時：2021年10月10日（第2日曜日）10:00～12:00

開催場所：東宝調布テニスクラブ No.15～16コート（2面）

参加人数：参加者15名（大人10名 子供5名）

活動報告：朝から霧雨のどんよりした空模様で欠席者が心配されましたが、テニス同好の士は予定通り集まってくれました

子供会員も学校の部活などで上達、著しい姿を見せ練習やゲームの中で時折輝きを見せてくれています。会員の健康管理、親睦主体の中に新たな楽しみが！

* 練習内容

- (1) 準備体操 ラジオ体操（動的ストレッチ）、ストレッチ、素振り
- (2) 基礎練習 サーブ、ショートラリー
- (3) 実戦練習 ゲーム

会員・コーチからの一言！（感想、意見、連絡・・・）

- ・11/14(日) 8:00 から秋の多摩川クリーン作戦が行われます テニス練習前に一仕事、おみやげ付きです
- ・新型コロナ感染防止の徹底継続（3蜜回避・手洗い・うがい・マスク・ソーシャルディスタンス）
- ・後の連絡は 携帯電話：090-4092-8046（平山）にお願いします。

【連絡表】欠席者は必ず連絡のこと（メール・電話可）・・・ 締切 2021年11月6日(土)

mail : tennis.gr@chofu-nihonmatsu.com

次回練習日	欠席のみ連絡 欠席者氏名：
11/14（第2日曜日）10:00～12:00	
予備日（第4日曜日）11/28	

“あなたは参加予定となっております”