



集合スナップ

‘22年11月度テニス部だより

日時：2022年11月6日（第1日曜日）AM10:00～12:00

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10名（大人9名 子供1名）

SDGs【目標3・11・17】

東宝テニスさんのイベントの関係で今月は第1日曜日に練習日が変更になりました。

今月は欠席者が多かったですが、天候にも恵まれ絶好のテニス日和・青空の下で思う存分テニスゲームを味わうことができました。

*練習内容（BGM：クラシックミュージック）

- (1) 準備体操 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 スマッシュ）
- (3) ゲーム形式
- (4) 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:遅れて参加の人も必ず準備体操を！
- ・次回12月11日は2面で開催予定。予備日12月25日（第4）です。合わせて回答願います。
年内うち納めです 1月、2月はお休みになります
- ・新型コロナ感染防止対策の徹底(3密回避・手洗い・うがい・マスク等)
継続励行でまいりましょう。
- ・自治会年末行事は、“年末見回り”です 12/28、29奮って参加ください

【連絡表】欠席者は必ず連絡のこと（メール・電話可） ・ ・ 締切 2022/12/4（日）

Mail : tennis_gr@chofu-nihonmatsu.com

次回練習日 12/11（第2日曜日） 10:00～12:00	欠席者氏名：
予備日 12/25（第4日曜日）	欠席者氏名：

・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