



集合スナップ

‘22年12月度テニス部だより

日時：2022年12月11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12名（大人11名 子供1名）

コロナ禍の中、とうとう5名の会員が濃厚接触者となり欠席となったこともあり
 全員参加とはならなかったが、天候にも恵まれ打ち納の練習会も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3月（打ち初め）は12日、2面で開催予定。予備日26日（第4）です。合わせて回答願います。
- ・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。
- ・自治会年初行事は凧揚げ大会です。1/21（土）午後1時から、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 2023/3/5（日）

Mail：tennis.gr@chofu-nihonmatsu.com

次回練習日 3/12（第2日曜日） 10:00～12:00	欠席者氏名：
予備日 3/26（第4日曜日）	欠席者氏名：