



猛暑の練習会スナップ (新型コロナ対策：3密・マスク着用)

‘ 23・6月度テニス部だより

日時：2023年6月25日(第4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

参加者：9名(大人8名 子供1名)

梅雨の中、順延となった6月度練習会も今度は真夏日の天候となり、子供達は受験対応等と重なり欠席が多かったがコロナに加え熱中症に注意しながらの練習会は十分休憩時間をとりながら楽しむことができました

* 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・ロングラリー
- (4) ゲーム形式 子供・大人混合W総当たり戦
- (5) 整理体操 各自

会員・コーチからの一言!(感想、意見、連絡・・・)

・7月~8月は練習会も夏休み 次回の練習日は9月10日(第2日曜日)です

・コロナ、熱中症に気を付けまた元気にお会いしましょう

【連絡表】欠席される方、必ず連絡のこと(メール・電話可)・・・締切 2023/9/3(第1日曜)

Mail : tennis.gr@chofu-nihonmatsu.com

次回練習日(予定)	
9/10(第2日曜日)	
10:00~12:00	
予備日 9/24(第4日曜日)	

・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