



平成29年度 後期・益田市民スポーツ教室

# ナイターテニス教室



## ▽初級者コース▽

楽しいテニスで気分をリフレッシュ!! 心地よい汗を流し、健康作りにチャレンジしよう。

主催： 益田運動公園

日程： 9月7日からの木曜日・全5回

時間： 19:00～21:00

場所： 益田運動公園内庭球場（5,6番コート）

対象： 学生・一般（20名程度）

参加料： 一般：1,500円 高校生以下：700円

保険： スポーツ安全保険は、一般は任意加入、高校生以下は加入をお願いします。

保険料 一般・高校生：1,850円 中学生以下：800円

※教室活動中や、自宅から運動公園までの往復途中の事故等が対象となります。

※前期スポーツ教室で加入された方は不要です。又、保険に加入されない方は、各自の保険等で対応して頂くようお願い致します。

携行品： 運動のできる服装・テニスシューズ（靴底が平らなスニーカー系のシューズでもOKです。）

※貸出用ラケットを用意していますが、持っている方は持参して下さい。

その他： ① 雨天の場合は中止とします。（日程は順次繰り延べます。）

② 活動中の画像等を当該事業の報告書・広報等に使用させていただく場合がありますのでご了承ください。又、個人情報につきましては当教室においてのみ使用させていただきます。

③ 天候がはっきりしない場合は、教室開始時間の1時間前（18時）に最終決定を行いますので下記の連絡先まで問合せ下さい。又、益田市民スポーツ教室に関してご意見、ご要望等（開催種目、回数、時間帯等）がありましたらお聞かせ下さい。

益田市民体育館：Tel 23-6283 E-mail: undou-k@iwami.or.jp

④ 5回終了後は12月21日まで練習会を行います。詳細は後日連絡いたします。



≪日 程≫（内容は、異なる場合がありますのでご了承下さい。）

回数	月	日	時間	主な内容
1	9	7	19:00～ 21:00	開講式 ラケットティング ストローク サービス
2		14	//	
3		21	//	ストローク ボレー スマッシュ
4		28	//	
5	10	12	//	ミニゲーム 閉講式
予備日	10	19	//	予備日が不要の 場合は練習会
		26	//	

回数	月	日	時間	主な内容
予備日	11	2	19:00～ 21:00	予備日が不要の 場合は練習会
		9	//	
		16	//	
		30	//	
	12	7	//	
	12	14	//	
		21	//	