

平成20年8月5日

宮崎県テニス協会
会員 各位

宮崎県テニス協会
会長 渡辺 理
普及部 牛迫 浩子

実戦に効く コンディショニングトレーニング

拝啓 会員の皆様にはますますご健勝のこととお慶び申し上げます。

先日開催された宮崎国際女子2008でシングルス優勝、ダブルス準優勝のクム伊達公子選手の専属トレーナーを務めた山下且義氏をお招きして、今回、下記の要項で講習会を開催することになりましたのでご案内いたします。

近年、生涯スポーツという言葉が定着してまいりました。そこで、当協会会員の皆様にテニスを長く楽しんでいただくために、ジュニアからシニア世代までを対象に行います。「もっと速いサーブが打ちたい」「試合になると練習のように打てない」「トッププロのようなフォームで打ちたい」「今やっているトレーニング効果が上がらない」「これからテニスを始めてみたい」等、テニスのこんな悩みをお持ちの方は是非ご参加をお待ちしています。

敬具

記

場 所：シーガイアテニスクラブ

講 師：山下 且義氏

(財)日本テニス協会スポーツ科学委員会医事委員トレーナー

(財)日本体育協会公認スポーツ指導者アスレティックトレーナー

定 員：ジュニア50名 一般50名

期日等：

対 象	月 日(曜日)	時 間	参加料	場 所
ジュニア	8月30日(土)	13:30~17:00	500円	オムニコート
一 般	8月31日(日)	9:00~16:00	1000円	室内コート

* ジュニア(小学生から高校生) * 一般(大学生からシニア)

* *参加料は当日徴収します。 * 受付 ジュニア13時~ 一般8時45分~

* 当日の天候により、場所が変更になることがあります。

申込み：下記の3通り

郵送

〒880-8545

宮崎市山崎町浜山シーガイアテニスクラブ内

宮崎県テニス協会 「実践に効くコンディショニングトレーニング」宛

E-mail mtennis@mtennis.org 宮崎県テニス協会

FAX 0985-21-1322 宮崎県テニス協会

締切り：8月28日必着

*問合せ先 宮崎県テニス協会 事務局 0985-21-1322

以上

*最後にお願いです。

8月末も気温の高い日が続きます。

前日は早めに就寝されて体調を整えて、飲み物も十分に用意してご参加くださいますようお願いいたします。

また、ジュニアの部は屋外コートですので帽子は必ず用意してください。