



集合スナップ・お疲れ様でした



上達著しい董ちゃん

準備体操 “ラジオ体操”

テニス練習会

9月度練習会報告及び・10月度連絡表

開催日時：9月25日（第4日曜日）PM2：00～4：00

開催場所：東宝調布テニスクラブ NO11コート

参加人数：参加者18名（集合スナップ）

活動報告：夏休み明け9月度練習会は第4日曜日に変更になり、18名の参加者で秋空のもと活気溢れる練習会となりました

* 練習内容

- (1) 準備体操 ランニング ラジオ体操 素振り
- (2) 基礎練習 サーブ レシーブ
- (3) 実戦練習 ゲーム形式（ランダム大人・子供ペアチーム戦）

会員・コーチからの一言！（感想、意見、連絡・・・）

次回練習日は10月16日（第3日曜日）ご参加お願いします
なお出欠は下記連絡表をご利用願います

*二本松自治会行事のお知らせ

・ 10月8日(土)は三小地区合同防災訓練の日みなさん家族そろって参加しましょう

【連絡表】 **必ず返信のこと（電話可）・・・締切 10/11**

・ 会員名 ご家族の場合代表者名

他（計 名） 下記出・欠に ○ 囲み

練習日10月16日 出・欠	予備日10月23日 出・欠
---------------	---------------

・ 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