



集合スナップ

‘ 26・5月度テニス部 だより

日時 : 2026年5月10日(日) AM10:00~12:00
場所 : 東宝調布テニスクラブ No.15. 16コート:ハードコート
参加者 : 15名(大人 14名 子供 1名)

G・W明けの5月としては経験のないような暑い陽射しの中、今回は新入会員1名を含み15名の参加者がコート内を元気に飛び回りおおいにテニスを楽しみました

次回練習会6月は今年前半最後の練習会、梅雨入りの天候が心配ですが熱中症対策等万全に月1テニスを楽しみましょう

会員の皆さん奮って参加いただきますようお願いしております

* 練習内容

- 1) 準備体操 ラジオ体操、ストレッチ ランニングほか
- 2) 基礎練習 素振り(フォア バック サーブ)
- 3) 実戦練習 サーブ、レシーブ・ショート
- 4) ゲーム形式 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・・・)

・ 次回の練習会は6月14日(第2日曜) 予備日は第4日曜日(6月28日)

・ 時間厳守 集合は開始10分前 ラジオ体操参加必須 熱中症対策を忘れずに!

・ 6/6(土)は自治会総会が開催されます。こちらも奮ってご参加ください

・ 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ML

二本松自治会テニス部