

2026 年度 第 3 期「水曜ナイターコース」のご案内 (2026 年 10 月～12 月)

主 催 中野区テニス連盟
後 援 中野区
中野区テニス連盟 HP nta-tennis.com

中野区テニス連盟では、テニス愛好者を対象に「テニス技術の習得」「心身の健康作り」「仲間作り」を目的にテニスクールを開催しております。これを機会にテニスを生涯スポーツとして是非続けていただきたいと思います。

★開催日時 「水曜日」レッスン 19:00～20:50 9 回以上を予定（祝祭日を除く）

10 月	7	14	21	28	
11 月	4	11	18	25	
12 月	2	9	16	23	

会 場 上高田庭球場(人工スマートクレイコート)中野区上高田 5-6-1 (Tel 3385-8900)

参 加 費 ¥12,000

参 加 資 格 中野区在住・在勤・在学(証明書提示)の高校生以上の初心者～初中級者

指 導 員 中野区テニス連盟コーチ

定 員 60 名(各コート 20 名程度)

受 付 日 時 9 月 16 日(水) 18:30～18:50 雨天の場合は翌週に順延

問 合 せ 先 堀野 090-1700-8489

用 意 す る 物 ①ラケット(硬式用) ②テニスの出来る服装 ③テニスシューズ

雨天時について 天候が危ぶまれる場合は 18:30 頃に可否を決定し、中止の際は
「テニス連盟掲示板」に掲載しますのでこちらをご覧ください。



【注意事項】

- 1 期の初日には必ず領収書をご持参ください。
- 2 一度納められた参加費は原則としてお返しすることは出来ません。
- 3 スクール開始前は自主的に足腰のトレーニングをしておいて下さい。
- 4 スクール開始時間に遅れた方は、必ず各自で準備運動を行ってからレッスンに参加して下さい。
- 5 レッスン中は必ずコーチの指示に従って下さい。
- 6 レッスン中はケガをしないよう各自で充分注意をして下さい。特に人の背後、傍に立たないように。また、足元にあるテニスボールは踏んで捻挫する恐れがあるので、ネットに寄せておくようにして下さい。
- 7 受講中のケガについては、応急処置はいたしますが、その後の責任は負いかねますのでご承知おき下さい。また、万一のためスポーツ保険へのご加入をお勧めします。

領 収 書

2026 年 月 日

様

¥ 12,000 也

但し、2026 年度 第 3 期水曜ナイターコース代金として上記正に領収いたしました。

係印

キリトリ線

2026 年度 第 3 期「水曜ナイターコース」申込書

○印	受付 番号	フリガナ 氏 名	住 所	生年月日
新規			〒	年
継続				月 日
電話番号		携帯電話番号		
メールアドレス		@		

係印