

平成31年度 1期 Lコースご案内

主催 中野区テニス連盟 後援 中野区

中野体育館で下記の要領でLコースを開催します。

テニスの技術の向上と共に、健康作り・仲間作りを目的に生涯スポーツとしてテニスを楽しんでいただきたいと思います。

日時 (水曜日 10回)

31年 4月 - 3、10、17、24

5月 - 8、15、22、29

6月 - 5、19

レッスン 13:00~15:00 自由練習 15:00~17:00

会場 中野体育館 (中野区中野 4-11-14 Tel : 3389-3153)

参加費 **¥14,000**

対象 60歳以上の初中級者、ゲームを楽しめる方

募集人数 定員50名 (定員を超える場合は抽選にさせていただきます)

指導員 中野区テニス連盟コーチ

問合せ先 谷田部 早苗 (3389-5540)

注意事項

1. スクール開始時に向けて足腰のトレーニングをしておきましょう。
2. 遅刻された方は各自で準備運動をして下さい。
3. レッスン中はコーチの指示に従って下さい。
4. 怪我をしないように各自で充分にご注意下さい。
(レッスン中、人の背後傍らに立たないこと)
5. レッスン中の怪我については応急処置のみいたしますが、その後の責任は負いかねます。ご承知おき下さい。万一の為のスポーツ保険をお勧めします。
6. 上履き用のテニスシューズを用意して下さい。

申し込み場所・日時

中野体育館ロビー 3月13日(水) 12:00~12:40

(定員を超えた場合、12:40より抽選とさせていただきますのでお待ち下さい)

領 収 書

平成31年 3月 日

様

¥14,000円也

但し、Lコース代金として上記正に領収致しました。

係 _____ 印

平成31年度 1期 Lコース 申込書

No.	氏名	住所	電話番号	生年月日
		〒		19 月 日

係 _____ 印