

～都立上水高等学校 公開講座～



～中学2・3年生対象～ テニス集中講座（基礎～試合）

東京都立上水高校では、公開講座『テニス集中講座（基礎～試合）』を実施します。
15年のテニス指導経験がある本校男子テニス部顧問による指導を行います。
オムニコートが全部で6面あります。主に4面を使用してレッスンをし状況に応じて6面を使用します。初級者～初中級者で全5回参加可能な方を男女問わず募集します。
お待ちしております！

1 日 時	月日	時間	主な内容
	9月23日（土）	13:00～16:00	グリップの握り方とショットの関係について
	10月21日（土）	13:00～16:00	ストローク、サービスの打ち分け方について
	11月 4日（土）	13:00～16:00	ボレー、スマッシュの考え方について
	11月11日（土）	13:00～16:00	リターンとストロークの違いについて
	12月16日（土）	13:00～16:00	ゲームにおける考え方について

※予備日は、12月23日です。

- 2 会 場 東京都立上水高等学校
- 3 定 員 16名（予定人数を超えた場合は抽選となります）
- 4 受 講 料 受講料はありませんが、保険料として165円が必要です。
- 5 申 込 方 法 電子申請（東京共同電子申請・届出サービス）
- 6 申 込 期 間 令和5年7月18日（火）から8月21日（月）まで
- 7 そ の 他 学校への来校には、徒歩・自転車もしくは公共交通機関をご利用下さい。



申込・お問合せ先： 東京都立上水高等学校 公開講座係
〒208-0013
東京都武蔵村山市大南4-62-1
電話： 042-590-4580
ファクシミリ：042-590-4581