2025 年度　３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 12 回 ）

10 月 － 1、8、15、22、29　　11 月 － 5、12、26　　12 月 － 3、10、17、24

レッスン　12:00～14:00　　自由練習　14:00～15:30

会場　　中野区立総合体育館（中野区新井 3－37　Tel：5860－0024）

参加費　　￥１９,２００

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（A コート 25 名、B コート 25 名）、中野区在住、在勤者優先

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。人の背後傍らに立たないこと等
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。
７．申し込みは基本ご本人ですが、代理受付の場合は、代理人１人に付１人の申し込みを受け付けます。（複数の受付は致しません）
８．一度納められた参加費は原則お返し出来ません。

申し込み場所・日時

中野区立総合体育館メインアリーナ　9 月 10 日（水）　１１：００～１１:３０

（定員を超えた場合、11:30 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

2025 年　9 月　　日

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿様

￥１９,２０ ０ 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

2025 年度　3 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