

2026年度 1期 木曜コースご案内

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木曜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 (木曜日 5回)

2026年 4月 - 9、23、30 5月 - 14 6月 - 25

レッスン 13:30~15:30 自由練習 15:30~17:30

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

参加費 **¥8,000**

対象 初、中級者、ゲームを楽しめる方

募集人数 定員 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 3月12日(木) 13:00~13:30

(定員を超えた場合、13:30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 | |
| 2026年 3月 日 | |
| _____様 | |
| ¥8,000 円也 | |
| 但し、木曜コース参加費として上記正に領収致しました。 | |
| 係 _____ 印 | |

2026年度 1期 木曜コース 申込書

| No. | 氏 名 | 住 所 | 電話番号 | 生年月日 |
|-----|-----|-----|------|-----------|
| | | 〒 | | 19 月 日 |

係 _____ 印