

# !!テニスをはじめよう!!

まつぞのスポーツクラブのジュニアテニス教室が、今年度生まれ変わりました！  
新しいコーチを迎え、活動日も週3日に拡大！

テニスを始めるチャンスです！うまくなるチャンスです！  
まずは、体験にいらしてみてください！



- 活動日：火・木・金曜日(週1・2コースは曜日を選択できます)
- 時間：16:30 ~ 18:30
- 場所：松園テニスコート
- 活動費：週1コース3,000円 週2コース5,000円 週3コース8,000円  
〈雨天などで活動がお休みの場合は1回につき600円引き〉
- 対象：小学1~6年生 **\*この教室は、平成29年度 盛岡市共催事業です\***



テニスを通じて成長を促します！

## テニススキルの上達

各級ごとの習得目標に沿って、段階的に技術を習得します。レベルに応じた硬さのボールを使って練習するので、初めてのお子様でも安全にラリーが続けられます。

## 運動能力の向上

テニスは、リズム感、反射神経、持久力、予測能力、距離感覚、体軸の強化など、総合的に運動能力を養うことのできるスポーツ。身体と脳、神経系統のバランスの良い発育を促します。

## 集団行動でのマナー習得

あいさつ、周囲を考えた行動、ルール遵守、整理整頓など集団行動で必要な社会性・自主性を習得できるようにします。

## 心も育つ

目標達成時の喜び、努力の大切さ、諦めない気持ち、集中力、協調性など、テニスから心も養っていきます。



## メインコーチ 紹介

他 岩大テニス部の  
学生さんにお手伝い  
いただきます！

## 畠山 健さん

### 【経歴】

日本体育協会公認コーチ資格取得。  
7年間国体の少年女子の監督をつとめる。指導経験豊富。選手としてもインターハイ全階級出場など輝かしい成績をおさめる。

体験のお申込は  
こちらからどうぞ！

