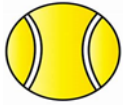




10月後期月例教室（月末月曜19時～）



10月スタートの中野区パドルテニス連盟主催の教室がリニューアルすることになりました！！

17時～フリー練習OK！

今まで3クラス制だったものを4クラス制に変更します！
参加者のニーズにあった指導ができるよう親切に指導します。
コーチも事前発表し、メッセージを発信します。

<各コース定員10名>

実践・指導者育成クラス

- ・ Aクラスで勝ちたい方
- ・ 試合形式で攻め方を習得

北井コーチからのメッセージ

実践と聞くと難しく思われがちですが、あくまでも基本を忠実としたやり方で皆さんとコミュニケーションを取り、皆さんが上達するお手伝いをしたいと思います。また、指導者になりたいと思う方にもお手伝いをしたいと思います。最終的にパドルが楽しい、友人や家族とやりたい、やって良かったと思える練習をしたいと考えています。皆さんよろしくお願いします。

中級クラス

- ・ 試合経験あり
- ・ ラリーをしっかりと続けられ、試合形式の中から攻め方を習得
- ・ Bクラス程度

大久保コーチからのメッセージ

中級クラスでは、特にボレーのコントロールやレシーブのコントロールなど試合に勝つ為の技術を集中して行いたいと思っています。皆さんよろしくお願いします。

基本クラス

- ・ 基本を一通り習得した方。
- ・ 球出しでの基本フォームの徹底
- ・ フォームチェック希望の方

富田コーチからのメッセージ

一緒にパドルテニスをしましょう！
基本のフォームを磨きたい方、是非ご参加下さい。皆さんよろしくお願いします。

初級クラス

- ・ 初めてパドルテニスをはめる方から、初めて1年以内の方。
- ・ 基本のストローク・ボレー等をきめ細かく練習します。

鈴木コーチからのメッセージ

初めての方も気軽に参加してください。
パドルテニスで健康と友達と楽しさをゲットしましょう。皆さんよろしくお願いします。

参加者の状況により、コース変更のお願いをすることがありますのでご了承ください。

後 期 月 例 教 室

2019年度パドルテニス教室案内

主催 中野区パドルテニス連盟
(www.nakanopaddle.com)

後援 中野区

中野区パドルテニス連盟主催の後期月例教室「初級」「基本」「中級」「実戦・指導者養成クラス」を中野体育館で下記の日程で5回開催いたします。ご希望の方は、連盟開放日に中野体育館ロビー受付またはメール・FAXにてお申込みください。(9月25日以降の月曜13時～15時、水曜18時～20時)

※ 申込締切り日：10月16日(水)

記

■日 時：

2019年 10月28日(月)	
〃 11月25日(月)	☆自由練習：午後5時～7時
〃 12月23日(月)	☆教室：午後7時～9時
2020年 1月27日(月)	※教室・自由練習の時間にご注意願います。
〃 3月30日(月)	

■担 当： 中野区パドルテニス連盟コーチ陣

■参 加 費： 中野区連盟会員／5,000円、非会員／6,000円

■定 員： 40名 定員になり次第締切ります。

■注 意 事 項： スポーツのできる服装で、靴は必ず上履きを使用のこと。

万一怪我をされた場合は応急処置をいたしますが、以後の責任は負いかねますので、各自で十分に気をつけてください。

■問 合 せ： 杉山理事 ☎090-6177-0128 メール・FAX担当：池田理事 ☎090-6525-1172

メール申込⇒ nakanokupaddle@gmail.com

FAX申込⇒ 03-6479-1105

※メールとFAX申込の方の
支払い方法は後日お知らせします

ラインアットQRコード
中野パドルの情報掲載中♪



領 収 書

様

2019年 月 日

¥ 円 也

但し、2019年度パドルテニス【後期月例教室】教室参加費として

中野区パドルテニス連盟 係名 印

2019年度パドルテニス【後期月例教室】申込書

受付 月 日

氏 名		電 話	
住 所	〒		
*クラス	<input type="checkbox"/> 初級 <input type="checkbox"/> 基本 <input type="checkbox"/> 中級 <input type="checkbox"/> 実戦・指導者		円

* 初級、基本、中級、実践・指導者のいずれかを選んでください。各クラスの
クラス分け基準目安は別紙参照。参加人数等により変更になる場合もあります。

係名 印

* 個人情報の取り扱いには十分注意しております。連盟からの教室案内をお送り
させていただくことがございます。