

# テニスが上手くなる為の

ストローク編



## トレーニングレッスン

お正月明けでなまった体を

トレーニング+テニスで鍛え直そう！

日程：1/12（月）

時間：8：00～9：00（60分）

定員：8名

料金：4,000円（税込）

対象：初心～上級までの全てのスクール生

担当：井門コーチ and 福井コーチ  
（選手育成担当コーチ）



イベント内容：ストレッチや体幹トレーニング、テニスに使う  
筋肉を意識したトレーニングと球出し練習を  
ローテーションで行っていきます

受付期間：～12/19（金） ※12/20（土）抽選

申込方法：お電話orフロントにてお申込みください

抽選確定後のご連絡は当選者のみいたします

確定後1週間以内に料金のお支払いをお願いいたします

キャンセル：1/5（月）～1/10（土）⇒料金の50%のキャンセル料

前日、当日は100%のキャンセル料

※当日は祝日の為、駐車代200円をお支払いください