

実施しました！ 初心者のための テニス教室

平成25年1月7・21・28日(月)
午前10時から正午までと、午後1時から午後3時まで

初めての方を対象にした教室でしたが、丁寧な指導にボールに慣れるのも早く、参加者も大変満足されたようです。また、回を重ねるごとに参加者が増えています。

～♪～♪～♪～♪～♪～♪～♪～♪～♪～♪～♪～♪～♪～♪～♪～♪



講師・参加者の自己紹介



準備運動



ラケットの握り方から



振り方の練習



マンツーマンでの特訓



高く上がった球も狙えるようになりました。