

中学生初心者講習会

2019/2/8
鶴岡卓球協会 理事長
本間 賢二

中学より卓球を始めた生徒を対象に、協会が主催となって講習会を行いたいと考えています。

目的は中学生の卓球競技に対する興味を持ってもらい生涯スポーツとして継続していてもらいたい。

又、卓球を通して技術だけではなく礼儀や感謝の気持ち、強くなるための努力などを指導して今以上の向上心を持てるような講習会を考えています。つきましては、参加希望の選手は申し込み用紙に記入し期日までに提出願います。

対象者 中学から卓球を始めた1, 2年の生徒
指導方法を覚えたい教員

実施日 3月2日(土曜日)

時間 18:00～21:00 参加料 無料

場所 朝暘武道館 大武道場

実施内容

- 1 卓球競技とは
- 2 基本練習
ラケット ラバー
Fハンドの打ち方
ショート バックハンドの打ち方
ツツキ ストップ
ドライブ スマッシュの打ち方
フットワーク 切り替え
ボールの回転と打ち方
サーブ レシーブ
システム練習
多球練習
- 3 準備体操と整理体操
- 4 トレーニング
- 5 自分の1日の時間の使い方
- 6 質疑応答

申し込み締め切り : 2月22日(金)

指導者 鶴岡地区 一般 及び スポ^o少他の指導員 数名

尚、講習会に参加する場合は父兄の同意をもらい、送迎は各家庭が責任を持って行ってもらうことが条件ですが保険は各学校で対応してください。

* 申し込み先

〒997-0049 鶴岡市大部町14-20 本間 賢二 宛

ファックス 0235-22-4940

メールでの申込み先 order@tsuruoka-tta.com

※ 受信トラブルを避けるためできるだけメール添付でお願いします。

鶴岡地区中学生初心者講習会

チーム名: _____

男子 ・ 女子

○を付けてください

No	選手氏名	学年	ラケット	ラバー
1			ペン・シェーク	裏・表・粒高
2			ペン・シェーク	裏・表・粒高
3			ペン・シェーク	裏・表・粒高
4			ペン・シェーク	裏・表・粒高
5			ペン・シェーク	裏・表・粒高
6			ペン・シェーク	裏・表・粒高
7			ペン・シェーク	裏・表・粒高
8			ペン・シェーク	裏・表・粒高
9			ペン・シェーク	裏・表・粒高
10			ペン・シェーク	裏・表・粒高
11			ペン・シェーク	裏・表・粒高
12			ペン・シェーク	裏・表・粒高
13			ペン・シェーク	裏・表・粒高
14			ペン・シェーク	裏・表・粒高
15			ペン・シェーク	裏・表・粒高
16			ペン・シェーク	裏・表・粒高
17			ペン・シェーク	裏・表・粒高
18			ペン・シェーク	裏・表・粒高
19			ペン・シェーク	裏・表・粒高
20			ペン・シェーク	裏・表・粒高

申込日: 年 月 日

団体長名

印

連絡者名

TEL :

|