



2025年度

テニス ワンポイント教室

テニスは好きけどなかなか上達しない…指導者がいない…そんな皆さん必見！

テーマを選んで1回だけの参加もOK！気軽にご参加ください(^^)☆

対象:テニス初級者～中級者（年齢問いません） 定員:10名(先着順)

場所:西浜公園テニスコート

受講料:1回1,500円

講師:一般社団法人兵庫県テニス協会一般大会委員長 村主崇明

申込方法:シンコースポーツ体育館・青少年センター 受付窓口またはお電話にて

※雨天時等で中止となる場合は9時頃にホームページへ掲載いたします。

※参加人数が3名に満たない場合は中止する可能性があります。

水曜日 9時30分～10時40分 開催								
開催日			テーマ	申込開始日				
4	月	23	日	フォアハンドストローク ①下半身の使い方	3	月	19	日
5	月	21	日	フォアハンドストローク ②上半身の使い方	4	月	23	日
6	月	25	日	バックハンドストローク ①下半身の使い方	5	月	21	日
7	月	16	日	バックハンドストローク ②上半身の使い方	6	月	25	日
8	月	27	日	サービス ①下半身の使い方	7	月	16	日
9	月	24	日	サービス ②上半身の使い方	8	月	27	日
10	月	22	日	ボレー ①下半身の使い方	9	月	24	日
11	月	26	日	ボレー ②上半身の使い方	10	月	22	日
12	月	17	日	ラリーの安定	11	月	26	日
1	月	28	日	ラリーの展開	12	月	17	日
2	月	25	日	ゲーム形式に挑戦①	1	月	28	日
3	月	18	日	ゲーム形式に挑戦②	2	月	25	日



シンコースポーツ体育館・青少年センター

指定管理者:SANスポーツマネジメント芦屋

芦屋市川西町15-3 TEL 0797(31)8228

