

## 第11回テニス講習会のお知らせ

平塚市テニス協会では、平成 22 年度からテニス技術の向上と体のケアを目的にテニス講習会を開催しています。

体のケアについては、「テニスを長く続けていただくために」と題して、「下肢のスポーツ障害」や「肩の障害とケア」、「スポーツと腰」など、実技指導を交えた講演を開催してまいりました。

今年度は、「テニスにおけるストレッチの実際」について講習会を開催します。

つきましては、以下の要領で開催しますので皆さん奮ってご参加ください。

### \*\*\*\*\* 要 領 \*\*\*\*\*

日 程：平成 27 年 7 月 2 日（木）

時 間：19：00～20：30（受付開始 18：30）

場 所：平塚市青少年会館 2 階集会室

対 象：平塚市テニス協会所属団体に所属する方及び平塚市、大磯町、二宮町、  
中井町に在住するテニス愛好家

受付人員：80 名（先着順で締め切り）

参 加 費：無料

演 題：「テニスにおけるストレッチの実際」

講 師：講 演 東海大学体育学部生涯スポーツ学科教授 中村 豊 氏

実技指導 東海大学大磯病院リハビリ科

石田怜氏・北川和彦氏・下本理沙氏

申込方法：平塚市テニス協会ホームページから申込書をダウンロードし、必要事項  
を記載して、メールに添付して下記アドレスに送付して下さい。

メールの件名に「講習会」、および団体名を記載して下さい。

送付先メールアドレス：[hiratsuka-tennis@mbr.nifty.com](mailto:hiratsuka-tennis@mbr.nifty.com)

申込締切り：平成 27 年 6 月 24 日（水）必着

問合わせ先：講習会担当：原 Tel：090-3503-4492（21:00～23:00）

※駐車場が少ないため、自動車での来場はご遠慮ください。