



それぞれの種目の内容紹介



～誰でもテニス～

大人はロングコートで、子供はミニコートで♪コーチとひたすらラリーができます!!相手はコーチなので遠慮する事なく思いっきりテニスを楽しめます♪

～親子テニス～

(3才～小学生とその親御様)
ハシゴで足を動かす運動をしたり、キャッチボールなど簡単な内容です♪後半は親子でテニスを楽しみましょう!!

～初心者テニス教室～

初めてテニスをする方や、まだ大きいコートでは不安な方はこちらへどうぞ!!まずは小さいコートでラケットの持ち方や打ち方などをコーチが丁寧に教えます♪

～レッドボール練習会～

球出してボールを打ったり、コーチやお友達とラリーをして、最後にゲームをしてみんなで楽しもう♪

～小学生ゲーム大会～

(オレンジボール・グリーンボール)
色んな相手とゲームの練習ができます!!勝った人にはプレゼントがあるよ♪

～コート開放～

ご家族やお友達同士でコートを自由に使えます♪ラリーをしたいゲームをしたい、それぞれのテニスを楽しもう♪

～大人の練習会～

(初級～中級クラス)
人数に応じて、球出し・ラリー・ゲーム形式をみんなで楽しみながらテニスをしましょう♪

～メンバー会員と親睦テニス～

シンポウのメンバー会員さんとテニスを楽しみましょう♪コーチもついていますので上級の方はお気軽にご参加ください!!

～脳トレ～

子供～大人まで楽しめる簡単な頭を使った運動です♪運動神経をよくするトレーニングも!!