

～経験者も未経験者も大歓迎！～



卓球レッスンDAY



日程

10/31 (土)	11/21 (土)	12/26 (土)	1/23 (土)	2/13 (土)	3/13 (土)
基礎 フォア打ち	基礎 バック打ち	ツッツキ	サーブ/ レシーブ	フットワーク (ランダム 打ち)	試合・応用

時 間: 10:00～11:30

場 所: サンアップル体育館

対象者: 定員30名程度(障がいの有無を問わず誰でもOK!)

※定員を大幅に超えた場合は、各自休憩をとっていただきながら
譲り合っての活動となります。

※障がいのない方は、毎回施設使用料をいただきます。

持ち物: 飲み物、タオル、室内用シューズ、ラケット(持っている方)

※無料でラケットのレンタルも用意しています。

申 込: 各開催日当日申し込み

- ・主催者が撮影した写真が、年報・ホームページ・広報紙・事業案内等で公開・使用されることがあります。
- ・認められた報道機関が撮影した写真・映像が、各報道機関で掲載、放送されることがあります。
- ・本体験会は、主催者側でスポーツ傷害保険には加入しておりません。
- ・ご連絡いただきました個人情報は、本センター主催スポーツ事業以外の目的に使用しません。

【会場・問い合わせ先】〒381-0008 長野市下駒沢 586
長野県障がい者福祉センター「サンアップル」
TEL026-295-3442 FAX026-295-3511

担当 吉田・岩瀬