

# 第1期 ジュニア育成硬式テニス 練習予定表

## 練習日程表

pm 5:00~7:00

4月	6日	13日	20日	27日	
5月	11日	18日	25日		
6月	1日	8日	15日	22日	
7月	6日				
予備日		7月13日		7月27日	

## 参加上の注意

- (1) 開始15分前には入館はできません。直接テニスコートに来てください。
- (2) 運動に適してる洋服で、かなり汗をかくので発汗性の良いTシャツ・半ズボンをお勧めします。
- (3) ケガ防止の為、手・足の爪は短くして下さい。
- (4) 視界を遮ると危険なので髪の毛が目にかからないようにして下さい。
- (5) 必ず大きめの水筒で水分を多めに持って来て下さい。(ペットボトル不可)
- (6) ジュニア育成硬式テニス教室の練習風景の写真・動画・ビデオ撮影は禁止とさせていただきます。

※ クラブの資料・報告書用に撮影をする場合がございますのでご了承ください。

※ 天候不良等により中止の場合は、当クラブのHPにてお知らせいたします。

※ ご不明な点などがありましたら、右下の二次元コードからHPでご確認  
又はクラブハウスまでご連絡下さい。

### その他

・万が一事故やケガをされた場合は、クラブ加入のスポーツ安全障害保険が適用されます。

## 問い合わせ

125-0031 東京都葛飾区水元1-23-1 葛飾区水元総合スポーツセンター体育館1F

一般社団法人オール水元スポーツクラブ

TEL 03-5876-9188・FAX03-5876-9189

クラブハウス開設日: 月曜日~土曜日

開設時間 午前10:00~12:00

午後 1:00~ 5:00

