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	8日	15日	22日		
5月	13日	20日	27日		
6月	3日	10日	17日	24日	
7月	1日	8日			
予備日		7月22日		7月29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ください。
（5） 必ず大きめの水筒で水分を多めに持って来てください。（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頂きます。

※ 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を下さい。

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