

# はじめてでもできるようになる！ポレー練習会

開催日

2020/11/8

担当/メインコーチ:小西・アシスタント:伊東

日時

11月8日(日) 16:30~18:00

開催場所

テニスラウンジ八尾

参加対象

一般クラスの会員様  
(Faクラスの親御様も可)

定員

先着8名 (4名以上の参加で開催)

参加費

3,300円(税込)

キャンセル料:3日前(なし)、前々日・前日(半額)、当日(全額)

内容  
試合方法

<内容>

- ①ウォーミングアップ(球出し練習・ストローク)
- ②グリップの握り方から基本指導
- ③セット、打球前準備を覚える
- ④球出しでの反復練習
- ⑤打ち合いでの練習
- ⑥ゲーム形式

申し込み方法

フロントまで直接もしくはお電話にて受付いたします。  
参加費は前納をお願いいたします。

コーチからの  
メッセージ



ポレーが苦手なはじめて～初級の方向けのイベントではありますが、基礎から教わりたい方や苦手意識がある方ならどなたでもご参加お待ちしております！(小西)