

テニスをやってみたい
おともだち。
みんな集まれーっ!!

楽しみ
いっぱい



まずは
ご予約
ください!!

お試しテニス。小学生体験会

5/2・9・16・23・30 (土)

10:00 ~ 11:00 (小学生)

- 定員** 4名
- 参加料** 無料
- 持ち物** 室内用シューズ・飲み物・タオル
- 申込締切** 体験日2日前までにご予約ください。

Q うちの子運動が苦手なんですけど...

A 身体を上手に使うトレーニングから始めていくので大丈夫ですよ! 経験豊富なコーチがしっかりサポートします! 気になることがございましたらコーチにどしどし話してください。

Q ラケットは持っていませんが...

A お子さまの体格に合ったラケットを無料でレンタルいただけます! 当日は運動しやすい服装で、室内履きをお持ちの上お越しください。

レッスンの流れ

あいさつ・約束 ▶ 準備体操 ▶ ボール・ラケット慣れ ▶ ドリル ▶ 試合 ▶ 片付け・あいさつ

コーチ・おともだちと勝負しよう!

ボールを打ってみよう!

「エンジョイテニス」をコンセプトに「テニススキルの上達」「運動能力の向上」「集団行動でのマナー習得」の3つを育むことを目標としています。

<p>ポイント 1 運動能力(運動神経)の向上</p> <p>身体と脳・神経系統のバランスのよい発育を促し、運動の習得を高めるために、*コーディネーショントレーニングを取り入れています。</p>	<p>ポイント 2 「自主性」「社会性」「協調性」が身に付く!</p> <p>多くのお友だちとの関わり合いの中で、あいさつ、返事などお子さまの健やかな成長をサポートします。</p>	<p>ポイント 3 初めてのお子さまでも大丈夫!</p> <p>指導経験豊富なコーチといっしょに、しっかりとテニスの基礎が学べます!</p>	<p>*コーディネーション能力とは、身体の神経・筋肉の運動性を高め、身体をコントロールする能力(いわゆる運動神経がいいと言われるもの)の事です。他のスポーツ(野球・サッカー)等にも活かすことができます。</p>
---	--	--	---

スポーツクラブ&サウナスパ ルネサンス 佐世保

ご予約・お問い合わせは ▶ tel.0956-25-4711 最新情報は WEBで! ルネサンス佐世保 テニス 検索

【電話受付時間】火~金/11:00~21:00 土/11:00~19:00 日・祝/11:00~18:00 【休館日】毎週月曜日