

ジュニア バドミントン(初級・中級)

バドミントンをやってみたい子、今よりもっと上手になりたい子、集まれ！！
初級では、バドミントンを通じて、基礎体力を作り、ルール・マナーを身につけ、
中級では、実践形式で更にレベルアップを目指します。

記

期 日:平成29年1月19日(木)～ 毎週木曜日 全11回
場 所:菊池市総合体育館(メインアリーナ)
時 間:19:00～20:30
対 象:小学1年生～中学3年生
料 金:3,960円(税込)
定 員:15名

※先着順
※定員になり次第締切り



申込方法:平成29年1月9日(月)まで

所定の申込用紙に記入し、料金を添えて菊池市総合体育館受付にお申込みください。

※TEL・FAXでの申込み可能

※キャンセルの場合は、初回実施日の3日前までに、お申出ください。

但し、期日が過ぎた場合は、理由の如何に関わらず返金いたしません。

持 参 物:室内用シューズ、ラケット、蓋付きの飲物(ピンは不可)、汗拭きタオル

講 師:菊池市バドミントン協会

カリキュラム内容

日時	練習内容
第1回(1月19日)	柔軟体操 シャトルと遊ぼう
第2回(1月26日)	ラケットを振ろう(素振り)
第3回(2月2日)	フットワークを覚えよう
第4回(2月9日)	シャトルをたたこう(ロング)
第5回(2月16日)	シャトルをたたこう(スマッシュ)
第6回(2月23日)	シャトルをたたこう(ドロップ)
第7回(3月2日)	シャトルをたたこう(ドライブ)
第8回(3月9日)	シャトルをたたこう(ヘアピン)
第9回(3月16日)	レシーブを覚えよう
第10回(3月23日)	基礎打ちをやろう(ゲーム)
第11回(3月30日)	ゲームをしよう
全 般	バドミントンに親しもう



【申込み先】

菊池市総合体育館

TEL 0968-25-3001

FAX 0968-24-6177

指定管理者 (株)東京ドームスポーツ

※内容は変更する場合がございます。

菊池市総合体育館 ジュニアバドミントン教室(初級・中級) 木曜日 申込み用紙

No. _____

フリガナ

氏名 _____

年齢 _____ 歳

学年 _____ 年

TEL _____

性別 男 ・ 女

どちらのクラスに参加しますか? 初級 ・ 中級

経験がある方は、内容を詳しく記入してください

領収印