

ジュニア バドミントン教室(木)

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30年1月11日(木)～ 毎週木曜日 全12回

場 所:菊池市総合体育館(メインアリーナ)

時 間:19:00～20:30

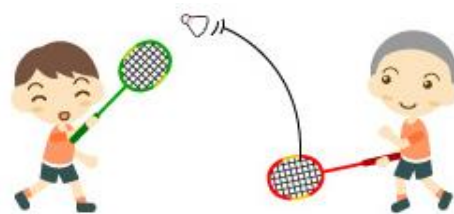
対 象:小学1年生～中学3年生

料 金:4,320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30年1月11日(木)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 岩下 和彦



カリキュラム内容

日時	練習内容
第1回 (1月11日)	柔軟体操 シャトルと遊ぼう
第2回 (1月18日)	ラケットを振ろう(素振り)
第3回 (1月25日)	フットワークを覚えよう
第4回 (2月1日)	シャトルをたたこう(ロング)
第5回 (2月8日)	シャトルをたたこう(スマッシュ)
第6回 (2月15日)	シャトルをたたこう(ドロップ)
第7回 (2月22日)	シャトルをたたこう(ドライブ)
第8回 (3月1日)	シャトルをたたこう(ヘアピン)
第9回 (3月8日)	レシーブを覚えよう
第10回 (3月15日)	基礎打ちをやろう(ゲーム)
第11回 (3月22日)	ゲームをしよう
第12回 (3月29日)	ゲームをしよう
全 般	バドミントンに親しもう

※内容は変更する場合がございます。

【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