

ジュニア バドミントン教室(水)

バドミントンを今よりもっと上手になりたい子、集まれ！！
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、
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7月4日(水)～ 水曜日
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:なし



申込方法:平成30年7月4日(水)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。

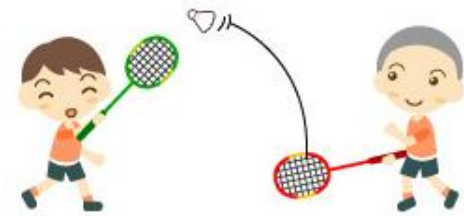
持 参 物:室内用シューズ、ラケット、蓋付きの飲物(ピンは不可)、汗拭きタオル

講 師:菊池市バドミントン協会 西岡 一造

カリキュラム内容

日時	練習内容
第1回 (7月 4日)	柔軟体操 シャトルと遊ぼう
第2回 (7月 11日)	ラケットを振ろう(素振り)
第3回 (7月 18日)	フットワークを覚えよう
第4回 (7月 25日)	シャトルをたたこう(ロング)
第5回 (8月 1日)	シャトルをたたこう(スマッシュ)
第6回 (8月 8日)	シャトルをたたこう(ドロップ)
第7回 (8月 22日)	シャトルをたたこう(ドライブ)
第8回 (8月 29日)	シャトルをたたこう(ヘアピン)
第9回 (9月 5日)	レシーブを覚えよう
第10回 (9月 12日)	基礎打ちをやろう(ゲーム)
第11回 (9月 19日)	ゲームをしよう
第12回 (9月 26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