

ジュニア山中湖合宿

～基本動作を身につけよう！～

僕らと一緒に頑張ろう♪

☆日程 2019年7月21日(日)、22日(月) 1泊2日4食付

※現地集合、現地解散

☆宿泊先 レック山中湖

山梨県南都留郡山中湖平野506 - 296

TEL 0555 - 62 - 3100

☆対象 一般ジュニアクラス(初級、初中級)

試合経験の少ない子や部活動を行っていない子大歓迎♪

もちろん部活動を行なっている子も参加可能!

※心配の方は親御さんも参加可能です

親御さん向けのレッスンも行います

☆定員 全体で16名 最低遂行人数9名

☆料金 ジュニア¥29,000(税抜) 親御さんも¥29,000(税抜)

※別途交通費

☆引率 野中守 河井司哉 篠宮春吾

☆申込 緑ヶ丘テニスガーデンにて受付しております

電話でも可です! TEL 03 - 3307 - 2101



いちにちめ

10:00 コートに現地集合
10:30 午前練習
12:00 昼食
13:30 午後練習
15:30 マッチ練習
17:30 練習終了
18:00 夕食・入浴
20:00 ミーティング
21:00 消灯

ふつかめ

6:00 起床
6:30 湖の周りを散歩
7:00 朝食
8:30 午前練習
12:00 昼食
13:30 午後練習
15:30 マッチ練習
17:00 練習終了
18:00 現地解散

合宿の効果

- ・違う環境で色々なコートに慣れ、外の環境を知ることができる
- ・共同生活で責任感や自分に足りないものを感じることができる
- ・基本動作を身につけ、友達と差をつけることができる
- ・試合のルールやマナーを覚えることができる